
MUKIRYANI
ESTABLISHMENT FOR RESEARCH & PUBLICATION

نهێنی سەرکەوتن لە بازاڕەکانی کاردا



نهێنی سەرکەوتن لە بازاڕەکانی کاردا

نووسینی

ئـ . کیهان نیا

وەرگێڕانی

ئەدهەم ئەمین

ا- کیان نیا
راز موفقیت در بازار کار، با مقدمه دکتر محمد سیدا، چاپ شانزدهم ۱۳۸۲، نشر مادر، طهران

دەزگای توێژینەوە و بڵاوکردنەوەی موکریانی

- **نهێنی سەرکەوتن لە بازاڕەکانی کاردا**
- نووسینی: ئـ . کیهان نیا
- وەرگێڕانی: ئەدهەم ئەمین
- نەخشەسازی ناوەوە: طـه حسین
- پیتچنین: ناسك ئەحمەد
- بەرگ: ئاسۆ مامزادە
- سەرپەرشتی چاپ: هێمن نەجات
- ژمارەی سپاردن: (٤٠٧)
- نرخ: (٣٠٠٠) دینار
- چاپی یەکەم : ٢٠٠٧
- تیراژ: ١٠٠٠ دانە
- چاپخانە: چاپخانەی دەزگای ئاراس (هەولێر)

زنجیرەی کتێب (٢١٢)

ماڵپەڕ: www.mukiryani.com
ئیمەیل: info@mukiryani.com

ناوەڕۆک

پێشەکی

لە ٥ ساڵی داهاتووشدا هەر ئەوە دەبن کە ئێستا هەن، مەگەر ئەوەی بە خوێندنەوەی کتێبی باش و ئاشنابوون لەگەڵ کەسانی دیدا چارەنووسی خۆتان بگۆڕن.

«میک میلان»

ژیان لەچاخی ئەلکترۆنی ئێستادا، لەپاڵ فەراهەمکردنی زەمینەکانی هێمنی جەستەیی سەرچاوە گرتوو لە توێژینەوەکان و داهێنانەکان و دۆزینەوە زانستییەکان، ئارامی دەروون و هەستکردن بەتام و چێژی ڕۆحی یان لێ سەندووینەتەوە لەژیانی ڕۆژانەماندا. فشارە دەمارییەکانی ئەو سەردەمە بۆ زۆرێک دانیشتوانی سەر زەوی ئاشناو هەستپێکراون.

ئێمە لە جیهانێکدا دەژین کە هەمیشە ئەگەری تووش بوونمان هەیە بەو تووڕەبوون و خەمۆکی و جۆرەها فشاری دەروونی، نەخۆشی، گرانی، داهات کەمی، جەنجاڵی، ترافیک، پیس بوونی هەواو کێشەکانی دی کە کەم تا زۆر کاریگەری یان لەسەر ورە و ڕۆحمان هەیە.

مرۆڤ بوونەوەرێکە کۆمەڵایەتی، بەهێز، زیرەک، گەڕاو بەدوای شتدا، هەوڵدەر و خاوەن توانایەکی بەرفراوانە بۆ گونجان لەگەڵ جۆرەها گۆرانکاری کە لەکۆمەڵگەی مرۆڤایەتیدا ڕوو دەدەن. ئامانجی سەرەکی هەموو کۆششەکانی مرۆڤ بۆ گەیشتن بەکامەرانی. بەهرە وەرگرتن لە تواناکانی خۆت وەک مرۆڤێک: ئامانجێکە کە هەمووومان بەشدارین تییادا، بەڵام زۆرێک لە خەڵکان چنگیان ناکەوێت.

لەم چەند ساڵەی دوایدا، چەندین پەرتووک لە بەستێنی سەرکەوتن و ڕێگاکانی گەیشتن پێی وەرگێڕدراون، ئەگەر چی بابەتەکانی ئەم کتێبانە وەرگیراون لە کۆمەڵگاکانی ترەوە، ناتوانن بۆ ئێمە بە جۆرێکی تەواو کاریگەری یان هەبێت.

لەم نێوانەدا، نووسەر و ڕاوێژکاری سەرکەوتووی ئێرانی بەڕێز دکتۆر کیهان نیا هەستا بەنووسینی کتێبێک کە گرنگترین جیاکەرەوەی ئەمەیە کە بابەت و ڕێگاکانی لەگەڵ فەرهەنگی ئێمەدا (ئیرانی) دەگونجێن.

لەم کتێبەدا نووسەری ڕێزدار و زانا قۆناغەکانی گەیشتن بە سەرکەوتن لەبواری پیشەیی و کار و ژیاندا بە جوانییەکی تەواو بەیانکردووە تاوەکو خوێنەران بتوانن سەرکەوتنی ڕاستەقینە بدۆزنەوە.

وتەی سادە و پاراو، ڕاست و یەکدڵ و لەهەمان کاتدا قووڵ و پڕ واتای نووسەر ئەو حەزو شەوقە لە خوێنەراندا دروستدەکات کە گشت کتێبەکە بە تامەزرۆییەوە بخوێننەوە چونکە گوتەیەکە لە دڵەوە هاتووە، بێگومان لە دڵیشدا دەنیشێت و لە ڕێنمایی کردنی خوێنەراندا بە شارێیەکانی سەرکەوتن دەستێکی باڵای دەبێت. ڕاستی و نهێنییەکانی بەدەستهێنانی سەرکەوتنی بەشێوەیەکی سادە و ڕەوان باسکردوون و مرۆڤ ڕووەو ئەو ئامانجە هاندەدات. خوێنەر بە خوێندنەوەی ئەم کتێبە فێردەبێت چۆن ببێتە کەسێکی داهێنەر و بەتوانا و ماندوونەناس و ئیرادە بەهێز و زۆرترین سوود لەهەلەکانی وەربگرێت و ڕەخنەوەرگر ئازاو پڕ وزە و دووربین بێت. هەروەها بۆ پەیدا کردنی ئامانج، فاکتەرەکانی سەرکەوتن، ڕێگەی گەیشتن بە سەرکەوتن، نەهێشتنی دژە بۆ چوون و شێوازی گفتوگۆ بە شێوەیەکی ناڕاستەوخۆ فێرمان دەکات، بەجۆرێک ڕێگای گەیشتن بە ئارەزووەکان هەمواردەکات.

بێگومان بە خوێندنەوە و بەکارهێنانی یاساکانی پەرتووکی ((نهێنی سەرکەوتن لەبازاڕی کاردا)) نهێنی سەرکەوتنی لە قەیرانی کردەوەدا. خەونی سەرکەوتنی دەبێت بەڕاستی.

«محمد سیدا»

بەڕێوەبەر و دامەزرێنەری «دامەزراوەی فەرهەنگی (زهن برتر)»



...وتەی سەرەتا:

((دوای کتێبە ئاسمانییەکان، چاکترین و بەسوودترین کتێبەکان، ژیاننامەکانی))

«ئاندێ موروا»

شادی و شادمانی پەیوەندییەکی نزیکیان لەگەڵ ئەندازەی سەرکەوتندا هەیە. بۆ بەردەوامبوونی ئەم شادییە دەبێت هەمیشە لەژیانی خۆمان ڕازی بین. مرۆڤ هەر لەو ساتەوەی کە خۆی دەناسێت تا ئەو کاتەی لەدونیا دەردەچێت، بەردەوام لەهەوڵدایە بۆ بەدەستهێنانی سەرکەوتن و کامەرانی. لەبەر ئەوە جێی سەرسووڕمان نییە ئەگەر هەموو بابەتەکان دەربارەی فێربوونی ڕازو نیشانەکانی سەرکەوتن بن.

وەدەستهێنانی سەرکەوتن کلیلێکی هەیە و هەر کەسێک بیدۆزێتەوە هەرگیز لەلوتکەی شادمانی نایەتە خوارەوە. مرۆڤ بەدەستکەوتنی سەرکەوتن دوو پلەی گەورە بەرهەڤ دەکات **لە ڕووی ماددییەوە بێ نیاز دەبێت و هەم لەڕووی ڕۆحی و دەروونییەوە شایستە بوونی خۆی دەسەلمێنێت. بەدیهێنانی ئەم دوو ئامانجە گرانبەهایە، لەخودی خۆیاندا هاندەری مرۆڤن هەتا وەکو بەدرێژایی تەمەنی لەهەوڵ و گەڕاندا بن.**

لەبەر ئەم هۆیە، سەدان کتێب لەسەر تاسەری جیهاندا بڵاوکراونەتەوە کە هەموویان مەبەستیان دەرخستنی ڕازی ئەم هۆکارەی خۆشبەختییەن.

لە ئێرانیشدا چەندین کتێبی جۆرا و جۆر لەم بوارەدا وەرگێردران تاوەکو وەڵامدەری نیازەکانی داواکاران بن. بە سەیرکردنێکی گشتگیر بەم پەرتووکانەدا دەردەکەوێت کە سەرەڕای جیاوزی کەم لە ناونیشاندا، لەناوەڕۆکدا یەکسانن. بابەتاکانی هەریەکەیان لە

شێوەی وشە و ڕستەی جیاوازدا هاتوون بەڵام لە واتادا وەک یەک هاتوون. نموونەی ئەم پەرتووکە وەرگێڕدراوانە هەرچەندە لە جێگەی خۆیاندا زۆر بەنرخن و دەبێت هەوڵی وەرگێڕەکانیان بنرخێنرێت، بەڵام بەو پێیەی وەرگیراون لە کۆمەڵگا پێشکەوتووەکانی ڕۆژئاوادا، ناتوانن بۆ وڵاتی ئێمە لەسەدا سەد کارسازنابن. بەم جۆرە لەم کتێبەدا ڕێگاو شێوازی گونجاو بە فەرهەنگ و خوونەریت و هەڵسوکەوتی ئێمە پێشنیارکراون تا لەکاتی خۆیدا ڕێپیشان دەرێک بن بۆ هەموو ئارەزوومەندانی سەرکەوتن.

من دەزانم کە گریمانە و تیۆری و بیردۆزە بەئەزمموون نەکراوەکانی ڕۆژئاوا ناتوانن پێوەرێکی باش بن بۆ ئێمە، هەوڵمداوە لە گوفتار و پەند و ڕێگە چارە، هەروەها ئەزموونەکانی کەسانێک کە لێرە دەژین و قۆناغەکانی سەرکەوتنیان بڕیوە، سوود وەربگرن و ئەوانە لەگەڵ ئەزموونەکانی خۆتاندا لێکبدەن تاوەکو بەهۆی هەبوونی ئاکامی بەردەست، دەست بدەنە هەڵبژاردنێکی بەئاگایانە.

سەرمشق وەرگرتن لە گوتاری گەورە پیاوان بەئامانجی دەستکەوتنی سەرکەوتن، یەکێکە لەو شێوازەی کە لە نێو زۆرینەی خەلکانی جیهاندا باوە و کاری پێدەکرێت. لەم ڕاستاییەدا، بەشێک لە بابەتەکانی ئەم پەرتووکە تایبەتن **بەسوود وەرگرتن لەشێوازی گوتاری گەورە پیاوان و بڕیاردەران لە نەتەوە جۆراوجۆرەکاندا، هەروەها ئەو ئەزموونانەی کە من بەهۆی ئەم سەرمەشقانەوە بەدەستم هێناون**. هەروەها لەهەندێ لە لاپەڕەکاندا ئاماژەم بە ئەزمموونی خۆم کردووە و بەناچاری باسی ڕابردووی خۆمم کردووە تاوەکو خوێنەر باشتر ئاگاداری **بابەتی ڕاستەقینەی** هەڵهێنجراو لە کۆمەڵگەی خۆمان بێت.

هەروەک دەزانن، ئەمڕۆ خێراترین شێوەی فێربوون خوێندنەوەی ژیاننامەیە، لەبەر ئەوە لە کتێبەکەدا هەوڵدراوە باسی هەندێک لەو کەسانە بکرێت و بەشێک لەژیانیان دەربخرێت و زیاتر ڕێگە ڕۆشن کەرمان بن، دە ساڵ لەکاری بێ وەستان، خوێندنەوە و لێکۆڵینەوەی سەدەها کتێب، هەروەها قسەکردن و گوێگرتن لە زیاتر لە دوو هەزار کەس سەبارەت بە **چەمکی سەرکەوتن**، ئەم کتێبەی ئێستایان نەخشاند. هەموو هەوڵی من بۆ ئەمەبووە تاوەکو مەنتیقی ترین وکارسازترین تیۆر و ئەزموونەکان هەڵبژێرم و پێشکەشی خوێنەرانی بەڕێزی بکەم.

ئەگەر دەتەوێت سەرکەوتنی خۆت خێرا بکەیت و بە سوود وەرگرتن لە شێوازە سادە و کردەیی یەکان، هەروەها بەپشتبەستن بە توانا شاراوەکانی خۆت بێ ئەوەی لە شەقامی ڕاستی و ڕاستگۆی دووربکەویتەوە ئامانج و ئارەزووە ماددی و مەعنەوییەکانی خۆت بەدی بێنی، داوادەکەم ئەم کتێبە بخوێنیتەوە. بەبەکارهێنانی بابەت و فەرمانە باسکراوەکان لەم پەرتووکەدا دەتوانن:

ا- باوەڕ بەخۆبوون لە ناختاندا بەهێز بکەن.

ب- بەباوەڕ و ئومێدێکی بەتین دەستتان بکات بەهەر سەرکەوتنێک.

ج- ناسینێکی دروست و قووڵترتان هەبێت لە ئامانجەکانتان.

د- شێوازی سەرمەشق وەرگرتن فێرببن.

بەم جۆرە لە کاتێکی زۆر کەمدا بتوانن پلەکانی بەرزبوونەوە کامڵبوون و بەبێ هیچ پشتیوانییەک ببڕن و ببنە هۆی شانازی و سەر بڵندی بۆ خۆتان و دەوروبەرەکەتان.

((پێشەکی وەرگێڕ))

«ا.کیهان نیا»

سەرکەوتن ئامانجێکە کە هەمووان ئاواتی بۆ دەخوازین و هەوڵدەدین کە بەدەستی بهێنین. ئەم هەوڵدانەش لە یەکێکەوە بۆ یەکێکی تر دەگۆڕێت، کەسانێک هەن پاش بڕینی چەند هەنگاوێک ماندوو دەبن و پاشەکشێ دەکەن، یان بەهۆی بوونی چەند بەربەست و ڕێگرییەک توانای بەرەو پێش چوونیان نامێنێت. بەڵام هەندێکی تر لە خەڵکان کە بەداخەوە لە ژمارەدا زۆر کەمترن لە وانی دی، بەورەییەکی پۆڵایین و ئیرادەیەکی بەهێزەوە دەستدەدەنە کارێک کە زۆربەی کات لەلای ئێمە بەکارێکی مەحاڵ و ئەستەم دێتە بەرچاو، بەڵام ئەو بەجۆرێک خۆی ڕاهێناوە کە تا دواسات لەگەڵ ئەو ئامانجەدا بێت هەتاوەکو دەگاتە لوتکەی سەرکەوتن. سەرکەوتن واتایەکی نیسبی هەیە لەلای هەریەکێک لە ئێمە. هەریەک سەرکەوتن بە گوێرەی خواستەکانی خۆی ڕاڤە دەکات و هەوڵی بۆ دەدات، ئەمەش کارێکی ئاسایی و دروستە. ئەگەر لە ڕەهەندەکانی خۆی لانەدات و ڕێگایەکی گونجاو بگرێتە بەر. لەم کتێبەدا نووسەر باسی سەرکەوتن دەکات بەشیکردنەوەیەکی جوان کە بەرچاومان ڕوون دەکاتەوە لەبەردەم ئەم دەستەواژەیەدا. دەتوانین بڵێین ئەم کتێبە هەڵقوڵاوی میللەتەکانی ئەم ناوچەیە و دەتوانێت بۆ ئێمەش وەک میللەتی کورد سەرمەشقێک بێت، چونکە ئەو کێشە و گرفتانەی لە ئێراندا هەن بە ڕادەیەکی زۆر لە وڵاتی ئێمەشدا هەن، هەروەها لاوانی وڵاتی ئێمە بەهەمان قەیرانی لاوانی وڵاتی ئێراندا دەڕۆن، لەبەر ئەوە ئەم کتێبە تاڕادەیەکی زۆر دەتوانێت چارەسەری زۆرێک لەو کێشە و گرفتانە بکات کە زۆرێک لە ئیمە بەدەستیەوە دەناڵێنین.

دەتوانم بڵێم ئەگەر بەوردی ئەم پەرتووکەمان خوێندەوە ئەوە دەتوانین چەند هەنگاوێکی بەهێز ڕووەو دیاریکردن و هەڵبژاردن و بڕیاردانی ئەو ئامانجەی کەلەمێشکماندا هات و چۆ دەکات بنێین و ئایندەی خۆمان زیاتر ڕوونتر بکەین بەجۆرێک بتوانین ژیانێکی ئاسوودە و خۆشبەخت و کامەران دروستبکەین.

هیوادارم منیش توانیبێتم کارێکی بەسوودم بۆ خۆم و بۆ هاوڕێیان و نەتەوەکەم ئەنجامدابێت و هەندێک لە پێداویستییە دەروونییەکانی لاوانی وڵاتەکەمم بەراورد کردبێت، و داوایان لێدەکەم کە تا دەتوانن زۆر بەوردی بیخوێننەوە و لەژیاندا سوودی لێوەربگرن.

د. ادهم امین عبدالرحمن

– وەرگێڕ–

Hawber١٢٣@yahoo.com

...تکایەکی گەورە!

خوێندنەوەی کتێبێک بەم شێوەی خوارەوە باشترە لەخوێندنەوەی سەد کتێب تەنها بۆ سەرگەرمی.

بۆ ئەوەی هەموو بابەتەکان لەسەداسەد سوود بەخش بێت تکایە ئەم خاڵانەی خوارەوە ڕەچاوبکە:

١- بەوردی و ئارامی بابەتەکان بخوێنەوە، لای خۆت شیبکەرەوە.

٢- لەژێر بابەتە گرنگەکاندا هێل دابنێ، تاکاری دووبارە خوێندنەوە ئاسان بێت.

٣- باوەڕ و بۆچوونەکانی خۆت لە حاشییەی کتێبەکەدا بنووسە و بەراوردی بکە لەگەڵ پەرتووکەکەدا.

٤- هەندێ جار بگەڕێنەوە سەر بابەتە خوێندراوەکان و دووبارە بە وردی بیخوێنەوە.

٥- وتە گرنگەکان لەسەر کاغەزی ڕەنگاوڕەنگ بنووسە و بۆ هەموو شوێنێکی ببەن لەگەڵ خۆتاندا.

٦- کورتەکانی هەربەشێک بەوردی بخوێنەوە و ئەگەر توانرا لەبەری بکەن.

..بەشی یەکەم

"سەرکەوتن"

"پێناسەی سەرکەوتن"

"گەورەترین ئارەزووی مرۆڤ، بەدەستهێنانی سەرکەتن"

- لوسیا-

زۆربەی زانایان و نووسەران هەوڵیانداوە پێناسێکی گشتگیر و تەواو بۆ سەرکەوتنە دابنێن تا هەمووان سوودی لێوەربگرن، بەڵام زۆری ژمارەی ئەم پێناسانە لە خودی خۆیاندا بوونەتە هۆی ئەوەی تا هەنووکە وەسفێکی وردو دیاریکراو بۆ ئەم وشەیە دروستنەبێت. ئایا پێناسەی ئێوە بۆ سەرکەوتن چییە؟

ئایا سەرکەوتن تەواوکردنی قۆناغەکانی خوێندن و بەدەستهێنانی بەڵگەنامەیەکی زانستییە؟ بەدەستهێنانی پلەو پایەیە؟ بوونی هاوسەرێکی دڵگیر و خێزانێکی ئارام و منداڵگەلێکی شایستەن؟ ئایا پایە بەرزتربوونە! یان گرنگتر بوون لە کەسانی دیکە نیشانەی سەرکەوتنە؟ یان ئایا سەرکەوتن ئەوەیە کە هونەرمەندێکی خۆشەویست، نووسەرێکی گەورە و مۆسیقا زانێکی بەناو بانگ بین؟

یەکێک لە هۆکارە گرنگەکانی فرە لایەنی پێناسەی سەرکەوتن هەڵێنجانە جۆراوجۆرەکانە لەم چەمکەن. چونکە کەسانێک بە هۆی گەیشتن بە خۆزگەکانیان، خۆیان بە سەرکەوتوو و خۆشحاڵ لە قەڵەمدەدەن، بەڵام لە بۆچوونی کەسانی تردا هێندە بایەخ و ڕێزی نییە. لەبەر ئەوە سەرکەوتن کارێکی ڕێژەییە و هەرگیز تاکە پێناسەیەک لەخۆ ناگرێت.

بە بۆچوونی ئالفرێد ئوستن "هێمنی و دڵئارامی چاکترین سەرکەوتنە". بیریاران بۆچوونی جۆراوجۆریان بۆ سەرکەوتن هەیە بەڵام بە بۆچونی زۆربەی خەڵک، کەسی سەرکەوتوو ئەوەیە کە بە ئارەزووەکانی بگات و دەروونیشی پێی ئاسوودە بێت، کە ئەوەش خۆی لەخۆیدا بەرهەمی کۆشش و ماندووبوونی ژیانە. باسەکە بەم رستەیە کۆتایی پێ دێنم کە هیچ کەس بەراستی سەرکەوتوو نییە مەگەر خۆشبەخت و شادومان بێت. خۆشبەختیش ئەو کەسەیە کە کارێکی گرنگ وسوودبەخش ئەنجامبدات. پێناسەکەی فەرهەنگی وێبستر بۆ سەرکەوتن، (بەدەستهێنانی ئاسوودەیی لە ئامانجەکاندا) پێناسێکی گونجاوە.

سەرکەوتنی ڕاستەقینە چییە؟

"سەرکەوتنی هاورێی لەگەڵ خۆویستی، ناکامی، دەمارگیری و دوورەپەرێزی کۆتایی پێدێ."

- ماکسول ماڵتز-

دەزانین کە هەموان بۆ گەیشتن بە سەرکەوتن ماندوونەناسانە هەوڵدەدەن، بەڵام بەو شتەی کە لە ئارەزوویاندایە ناگەن. ئایا ڕێڕەوێکی هەڵەیان هەڵبژاردووە؟ ئامانجێکی ڕوون و ئاشکرایان نەبووە؟ گرنگیان بە توانست و دەست کەوتی خۆیان نەداوە؟ ئایا لە نیوەی ڕێدا دەرکیان بەوە کردووە کە ئامانجەکە ئاسوودەی لەگەڵ نییە؟ بۆچی هەندێک خەڵک پاش گەیشتن بە ئارەزووەکانیان هێشتا ناڕازین؟ ئایا پێوەری نادروستیان هەڵبژاردووە؟

بۆچی پاش گەیشتن بە بەرزترین پلە، هەر هەست بە دارمان ئەکەن؟ . بۆچی شادییەکان زوو تێدەپەڕن و بەردەوام نین؟ بۆچی هێشتا تامی شادوومانی بەدەستهاتوو ناچێژن و لەزەتی لێوەرناگرن و خێرا بە دوای ئامانجێکی نوێدا وێڵن؟ ئەوان چیان لە ژیان دەوێ کە هێشتا بە بوونی هەوڵێکی زۆر هەرگیز خۆشحاڵ نین؟

دیاریکردنی ئامانج

"تەنها گەنجینەیەک کەشایەنی بەدواداگەرانە، ئامانجە"

– لویس ستونی–

مرۆڤی بێ ئامانج بەتەواوی دواکەوتووی.پێشهات و ڕووداوەکانە. کەسێک کە مەبەستێکی ڕوونی لە ژیاندا هەیە، دوای گەیشتن بە کامەرانی وئارەزوەکان هەست بە خۆشبەختی و ئارامی دەکات، بەڵام ئەوانەی ئامانجێکی دیاریکراویان نییە، بە هەر پلەیەک بگەن،هەر ناڕازی دەبن. هەریەک لە ئێمە پێویستە بە یەقینەوە بزانین کە چیمان دەوێت، دوای چ مەبەستێک کەوتوین و چاوەڕێی چ جۆرە سەرکەوتنێک دەکەین. لەوانەیە ئامانجمان سەرکەوتن بێت لە خوێندنی زانکۆدا، یان سەرکەوتن بێت لە هاوسەرگیری و کار و پەروەردەکردنی ڕۆح و جەستەدا و دەشگونجێت بمانەوێت کە پەیوەندیەیە تاکی و کۆمەڵایەتییەکانی خۆمان زیاد بکەین. لە هەر بارێکدا، دیاریکردنی مەبەست و ئاگادار بوون لێی لە پێشینەی هەر کارێکدایە. زیاتر لەمەش، لە دیاریکردنی ئامانجەکانماندا دەبێت لە لاسایی کردنەوەی کوێرانە بە دوور بین. بۆ نموونە، ئەگەر ڕێی ئامۆزایەکمان بگرین کە خوێندوویەتی و بووە بە ئەندازیاری کارەبا، و لە ڕووی کاروباری داراییەوە جێو ڕێیەکی باشی هەیە، ئایا دوای گەیشتن بەو سەرکەوتنە خۆشحاڵ دەبین؟ ئەگەر خاڵمان پەلەوەرگەیەکی مریشکی داناوە و سامانێکی باشی کۆکردوەتەوە، ئێمەش دەبێت بە دوای ئەو کارە پرخێر و سوودەدا بڕۆین؟ و ئەگەر هاوپۆلێکمان بووە بە وەرزشکار و هەر ڕۆژێک ناوی لە ڕۆژنامەیەکدایە، ئێمەش دەبێت ببین بە وەرزشکار؟

لە کاتی بەراورد کردنی خۆت لەگەڵ کەسانی تردا دووچاری دوو هەڵەی گەورە دەبین:

١ – بە بێ ئاگادار بوون لە خۆ، لەگەڵ کەسانی تردا دەکەوینە پێشبرکێ، مەبەستەکانمان بە واقع کردنی خواست و ئارەزوویەکی دیاریکراو نین، بەڵکو ((چاکتر ویستن))، یان ((وەک کەسێکی تر)) بوونە.

٢– بەبێ تێبینی کردنی توانا و حەز و ویستەکانی خۆمان، دەبین بە پەیڕەوی کەسانی تر.

ئەم هەڵە کتو پڕە ئەنجامێکی نەخوازراوی هەیە،کەواتە پێویستە چی بکەین؟ دەبێت پێش هەموو شتێک مەبەستی خۆمان باشتر بناسین و پاشان دەست بە کارەکان بکەین.

ناسینی ئامانج و قۆناغەکانی

بیر و بۆچوونە سەرکێشەکان ئاسانترن لە پەیدا کردنی بیرو بۆچونی نوێ

– ئالێکس ئازیڤیرێ–

بۆ چاکتر ناسینی مەبەستەکانمان و هەڵبژاردنێکی بە ئاگایانە لە نێو توانستە فرە لایەنەکانمان، پەڕەیەک بێنە و لە شوێنێکی چۆڵ و بێدەنگدا هەموو ئەو ئامانجانەی کە لە مێشکدا ئامادەن یادداشتیان بکە. دوای تەواو کردنی، دەست بەم سێ قۆناغە بکە.

ا– بیر کردنەوە و تەرکیز کردن:

"هزری جوان، دروست کەرو ئافرێنەرە"

– دیل کارەنگی–

"ئەوە هزرەکانی مرۆڤن کە ژیانی ئەو دروستدەکەن"

– مارک ئوریێڵ–

بیر خۆراکی مێشکە و بیرکردنەوە جیاکەرەوەی مرۆڤ و ئاژەڵە. هەر یەک لە ئێمە لە ژێر کاریگەری ئایدیایەکداین کە زۆر جار کۆنترۆڵمان دەکات. بۆ ڕزگاربوون لە دژە بیروبۆچوونەکان، دەبێت لێکدانەوە هزرییەکانمان بە مێشک بسپێرین، تا لە کات و هەلی گونجاودا خوێندنەوەی بۆ هەبن.

سپاردنی ئەندێشە و ئارەزووەکان بە مێشک و پەیدا کردنی کاتی پێویست بۆ لێکدانەوەی یەک بە یەکیان، ئێستا لە نێوان ئەوانەی کە ئاگاداری هێزی سەرسوڕهێنەری مێشکن ، زۆر باسی لێوە.

ئێمەش ئەم شێوازە بە کاربهێنن تا ئامانجێکی باڵامان (خارق العادە)مان بۆ پەیدابێت.

ئەندێشەی مرۆڤ ئافرێنەرە و هزرە کاراکان بە ئەودا گوزەر دەکەن. بۆ ئەوەی کە لەم هزر و بیرانە بە شێوەیەکی دروست بەهرە وەرگرین. پێویستە ئازادانە بە ویژدانی **لاشعوری خۆمانیان** بسپێرین و هزری بەسوود و بەهێز لە بیروبۆچوونە لاوەکییەکان دووربخەینەوە، بە وتەی **ڕالف ئەیوسۆن** "هەر مرۆڤێک بەرهەمی بیروبۆچوونەکانی ڕۆژانەی خۆیەتی"

بەم پێیە بۆ دوور کەوتنەوە لە گومان و دڵەڕاوکێ دەبێت یارمەتی لە مێشکمان وەربگرین، ئامۆژگاریەکانی بکەین بە ڕێڕەوی خۆمان وسەرئەنجام ئەم ووتەی **ئایزا باسکاڵ** دەخەمەوە یاد: "ئەندێشە و بیرکردنەوە پشتیوانێکی گەورەی مرۆڤن لە تەواوی ژیانیدا،مرۆڤی بێئەندێشە و بیر کردنەوە وەک مادەیەکی بێگیانە ".ناسینی ویژدانی لاشعور و شعور بۆ خۆیان پێویستیان بە باسێکی جیا هەیە و لەدوایدا بە دور و درێژی لێی دەدوێین. بابەتەکەمان لێرەدا زۆرتر لەسەر هەڵبژاردنی ئامانجێکی دروستە لە نێو دەیان ئامانجی جیاوازدا کە پێویستی بە لێکدانەوەی ورد و فراوان هەیە. تەنها لەم شێوەیەدایەکە دەرگاکانی خۆشبەختی و کامەرانیمان بۆ ئاوەڵا دەبن.

ب- خوێندنەوە

"هەروەک چۆن ئیسفەنج ئاو ڕادەکێشێت، ئێوەش هزرو بۆچوونە چاکەکان رابکێشن و لە خزمەت ئامانجەکانتاندا دایانبنێن"

- تۆماس ئەدیسۆن-

دوای تەرکیزکردن و لێکدانەوەی ئامانجەکان نۆرەی خوێندنەوە دەگات. ئەمڕۆ لە ڕۆژئاوادا خوێندنەوە زۆر گرنگی پێدەدرێت، بەم شێوەیە پێش هەرکارێک سەرەتا بە سەرفکردنی سەرمایەیەکی زۆر ئامانجی پەیوەندی داری ئەو کارە دەخەنە بەر باس و لێکدانەوەوە. هەروەها ئەم کارە لەگەڵ هەموو ئەو کارانەی کە لە بازاڕدا هەن بەراورد دەکەن و بە خوێندنەوەی چەندەها کتێب و ڕاوێژکردن بە شارەزایانی پلەیەک لەو بوارەدا، لایەنەکانی بابەتەکە بە شێوەیەکی زۆر ورد هەڵدەسەنگێنن. بێگومان لەم ڕاستایەدا تواناکانی خۆیان بۆ دەستکەوتنی ئامانجە دیاریکراوەکان دەخەنە گەڕ. گەورەیی و بچووکی ئامانجەکە و ئەوەی کە ئایا دەبێتە هۆی ڕەزامەندی کەسانی تر یان ناگرنگ نییە، گرنگ خودی مەبەست و شێوازی پیادەکردنیەتی کە دەبێت خوێندنەوەیەکی ورد و زیرەکانە و تەنانەت وەسواسانەی بۆ ئەنجامبدرێت. **فریدریک نیچە** دەڵێت: "لەگەڵ خوێندنەوەدا هەوڵبدەن وەک ڕاوچییەکی بەدەست و برد بیرو بۆچونی چاک ڕاو بکەن و لە هزرە بۆگەن و کۆنەکان دوورە پەرێزی بکەن"

خوێندنەوەی بیر و بەسەرهاتی گەورە پیاوان ڕەهەندی دەستکەوتنی ئامانجی دروستمان نیشاندەدان. بە خوێندنەوە و تێفکرین لە ژیانی بیریاران و پشتبەستن بە تاقیکردنەوەکانیان دەتوانین خۆمان چاکتر بناسین و لە توانا و هێزی دەروونی خۆمان زۆرتر بە ئاگا بین.

سەعدی شیرازی لە دێڕە هۆنراوەیەکدا بە جوانی ئەم باسە رون دەکاتەوە:

پیـــاوی زیرەک و دانا و هۆشیار دوو ئیشی هەیە بـــەم رۆژگارە
یەکێکیان ئەزموون دەداتە خەڵکی ئەوی دی ئەزموون وەرگری کارە

بە شێوازی "سەرمەشق وەرگرتن" و "مۆدێل سازی" دەتوانین زیاتر دەست بگرین بە سەر کات و دارایماندا، بە شێوەیەک کە دواتر بە ئاگاییەوە بەو شوێن پێیانەدا دەڕۆین کە کەسانی تر بە هەڵە پێیدا ڕۆیشتوون و زیانیان لێ دیوە و سەرئەنجام خوێندنەوە پردی بەیەک گەیاندنی نێوان مێشکەکانە. بە هۆی توێژینەوە و لێکۆڵینەوە، دەتوانین یارمەتی خۆمان بدەین لە هەڵبژاردنی ئامانجەکانماندا.

ج- ڕاوێژ

"خۆزگە دەمزانی چۆن بژیم یان کەسێکم دەدۆزییەوە کە شێوازی ژیانی فێردەکردم".

- تیۆدرۆ پارکەر-

ڕاوێژ هۆکارێکی کاریگەرو یارمەتی دەرە لە ڕێڕەوی سەرکەوتندا. لەم بوارەدا گەورە پیاوان و زانایان ڕێوشوێنێکیان هێناوە کە بە سوود وەرگرتن لەوان دەتوانرێت کلۆرۆژنەیەک بێت رووەو گەیشتن بە ئامانجەکان. بۆ دەرک کردن بە گرنگی ڕاوێژکردن، بێ هیچ ڕاڤە و لێدوانێک ئاماژە بە چەند لایەن دەکەین.

پەندێکی پێشینانی چینی دەڵێت: **"ئەگەر ئەتەوێ کارێک بە دروستی ئەنجامبدەیت ڕاوێژ بە سێ کەسی بە تەمەن بکە "**، فارسەکان دەڵێن **"بەو ڕێیەدا برۆ کە ڕێبواری پێدا ڕۆیشتون،** یان **"دانا ئەوەیە دەزانێت و دەپرسێت"** و **"ئەوەی زیاتر ڕاوێژ دەکات کەمتر تووشی هەڵە دەبێت"** بە وتەی ئەمریکییەکان **"دوو بیرو بۆچون لە یەک دانە باشترن"**.

ئەم پەندانە تا رادەیەک، گرنگی راوێژیان بۆ دەرخستین. دڵنیابن کەسانێ هەن لە دەور و بەرتاندا، کە هەرگیز درێغی ناکەن لە یارمەتی دانتان. تەنها دەبێت ئێوە هەنگاوی یەکەم بنێن و لەوان داوا بکەن کە ئەزموونی خۆیان بخەنە بەردەمتان، بێگومان هەموو کەسێک شایەنی پرسیار لێکردن و راوێژپێکردن نییە. راوێژکردن کاتێک کاریگەر و سوودبەخش دەبێت کە کەسی بەرامبەر خاوەنی تایبتمەندی پێویست بێت و لە ناسینی خواست و ئامانج و توانستەکانمان یەرمەتیمان بدات. ئەم نموونانەی خوارەوە لەگەڵ تایبەتمەندییەکانی کەسانی جۆرا و جۆر ئاشنامان دەکەن.

١– راوێژ لەگەڵ کەسی شارەزادا

"هەرکەسێک کە لە کاروبارە گرنگەکاندا راوێژ لەگەڵ بەساڵاچوەکاندا دەکات، هاوبەشی عەقڵی ئەوانە".

امام علی (ر.غ)

ئەگەر بتەوێ فەرش فرۆشی بکەیت، پێویستە لە چ کەسانێ راو بۆچوون وەربگریت. بێگومان راوێژ بە مامە گیانت، کە هیچ زانیارییەکی لەم بوارەدا نییە، بێ سوود دەبێت. لەو روەوەی کە ئەو تۆی خۆش دەوێت نیگەرانی بە هەدەرچوونی سەرمایەکانتە، تەنها بیر لە لایەنە خراپەکان دەکاتەوە و توانای رێنمای تۆی نییە. باسکردنی خاڵە نەرێنییەکان و ئاماژە کردن بەو زەرەر و زیانانەی کە لەوانەیە روویدەن، نا ئومێدمان دەکەن لە بیرو بۆچوونەکانمان پەشیمانمان دەکاتەوە، لە حاڵێکدا کە کەسێکی شارەزاو بەئەزموون بەدەربرینی بۆ چوونە ئەرێنیەکان و زیادکردنی بوێری و متمانە بەخۆبوون دەتوانێت رێنمایەکی چاک بێت بۆمان.

٢– راوێژ لەگەڵ کەسی ڕەشبیندا

"کەسی ڕەشبین وەک تووشبووانی ماددە سرکەرەکان، نەخۆشییەکەیان بە هەزران هۆکار دەگوازنەوە بۆ کەسانیتر."

حجازی

راوێژکردن لەگەڵ کەسی ڕەشبین زۆر ترسناکە، چونکە جگە لە ڕەشی وناخۆشی و بەدبەختی هیچی تر نابینێت، یەکسەر بۆچوونە ڕەشبینییەکانی بەشێوەی ئامۆژگاری دەگوازێتەوە بۆمان. بە دەربرینی وتە بێئومێدکەرەکان، هەنگاوەکانی هەوڵ و کۆششمان لە رێگەی سەرکەوتندا هێواش دەکاتەوە و تووشی دڵەڕاوکێمان دەکات،دڵەڕاوکێش بۆخۆی رێگری پێشکەوتنی کارەکان دەبێت. بەم شێوەیە لە رۆژی یەکەمدا بڕیاری ئەنجامدانی کارێکتان دابوو، بەرەبەرە دڵسارد و بەدگومان دەبن و لە بەدواداچوونی بیروبۆچوونەکەتان پاشەکشێ دەکەن.

هۆی ئەم سەر لێشێوانە هێرشی بیری نەرێنی و نائومێدکەری کەسانی ڕەشبینە بۆ رۆح و دەروونی ئێوە. بە وتەی **ڤیکتۆرۆشی** ((خۆشبەختی و شادومانی رێرەوێکە: دەی هەمیشە هەوڵبدەن لەگەڵ کەسانی رووگەش ودڵشاد و گەشبین دا هەڵسوکەوت بکەن)).

٣–راوێژ لەگەڵ کەسی گەشبیندا

"گەشبین هیوادارە بە ئایندەو ڕەشبین بە پێچەوانەوە،

پەندێکی یابانی

راوێژکردن لەگەڵ مرۆڤێکی گەشبین و دوور لە ((ڕەشبینی))، ئەنجامێکی هێواشی هەیەکەسی خۆشبین پێش هەموو شتێک ئومێدەوارمان دەکات.

بۆ نموونە: ئەگەر خانەنشین بیت و بۆ دەستپێکردنی کارێک بۆچوونی ئەوت بوێت دەڵێت:شتێکی باشە چونکە هەم لە خانەنشینی رزگارت دەبێت وهەم لەگەڵ خەڵکی تر تێکەڵدەبیت. جگە لەمە سامانێکت دەستدەکەوێت وزیاتر لە مانەش بەهۆی کارکردنەوە زیاتر لەژیانتان رازی دەبن. لەو رووەوە هەموو کێشەیەک لە بۆچوونیدا چارەسەریە هەیە،بە ئامۆژگاری هیوا بەخشەکانی، لەنیگەرانی رزگارت دەبێت.

تێبینی بکەن کە ئەو وشە ئومێد بەخشانە لە بەرامبەر ئامۆژگارییەکانی کەسێکی ڕەشبین و بەدبین تا چ رادەیەک یارمەتی دەرن. بە وتەی **دکتۆر نۆرمان پیڵ**: ((بۆچوونی باش و ئەرێنی هەر وەک تیشکی خۆرە بۆ ژوورێکی تاریک، هەموو شوێنێکی رووناکدەکاتەوە، بەمەرجێک دەرگا و پەنجەرەکان دانەخرێن و پەردەکانیش دانەدرێنەوە)).

٤- ڕاوێژ لەگەڵ کەسی ترسنۆکدا

"لە پەنجەرەی ترس و تۆقینەوە سەیری ئایندە مەکەن"

ولیام هاریمان

دەبێت باسی کارە ئەنجامدراوەکان بکرێت، کارە نەکراوەکان زۆر زۆرن

با ستای پایزی

مرۆڤێکی ترسنۆک، ترس وزیانەکان چەند بەرامبەر دەکات، شەهامەتی هیچ کارێکی نییە وهەمیشە بە نەتوانین وترسەوە خۆی ئاراستە دەکات

زۆرترین ڕێزلێنانی ئەم جۆرە کەسانە بۆ کارە (نەکراوەکانە): چونکە لە ترسی شکست و ناوزڕان دەست نادەنە هیچ کارێک. ئەگەر لەگەڵ مرۆڤێکی ترسنۆکدا لەبارەی کردنەوەی کۆمپانیایەکەوە ڕاوێژبکەیت، خێرا دەڵێت: دامەزراندنی کۆمپانیایەک سەرمایەی زۆری دەوێت و ناچار دەبیت لە بانکەکان قەرز وەربگرێ. لەوانەیە نەتوانێ لەدوایدا قیستەکانی بدەیتەوە ئەوکاتە بانک دەستدەگرێت بەسەر هەموو ماڵ وموڵکێکتدا بەکورتی، ئەو ئەگەری شکستی هێنان دوپاتدەکاتەوە و تۆ تووشی شکست و دڵەڕاوکێ دەکات. بەڵام کەسی گەشبین و ئومێد بەخش هەمیشە بارودۆخێکی دروستکەر بەدیدەهێنێت ڕاوێژ لەگەڵ کەسێکی لێهاتوو کە خۆی خاوەنی چەند کۆمپانیایەکە ئازایەتیتان بەهێزدەکات، جگە لەوەی دەگونجێت لەم ڕێیەدا کۆمەکیشت بکات،چونکە دەزانێت ئەمە عەمەلی دەبێت.

٥ - ڕاوێژ لەگەڵ کەسانی قسە زل وبێکار

هەرکەس ڕاوێژ بەدانایەک بکات، لە ڕسوایی پارێزراو دەبێت

پەندی فارسی

سەرەنجامی ئەم دووگرووپەش ئاشکرایە، کەسانێک کە بەدرێژایی ژیان هیچ هەنگاوێکی جوانیان بۆخۆیان نەناوە، چۆن دەتوانن لەبڕیاردانەکانیاندا ڕێنیشاندەرێکی باش بن و ئامۆژگاری سوودبەخش بکەن. لەو کەسانەی لەئەنجامی هەر کارێک تووشی دڵەڕاوکێ دەبن و بەدوای کەم وکوڕی هەموو کەس وهەموو شتێکدا دەگەڕێن دوورە

پەرێزی بکەن و لەوانە دووربکەونەوە کە هەمیشە باس لە ڕابردوو دەکەن وئایندەیان وەلاناوە. هەروەها نابێت کەسە خەیاڵاوییەکان متمانەیان پێبکرێت کە هەمیشە بەدوای کاری تازەدا سەریان گەرم دەکەن.

هەڵبژاردنی ئامانج

مرۆڤ بەڕاستی هەر دەبێت بەوەی کە زوربەی خەڵک بیری لێدەکەنەوە.

- ئێرل نایتن گەیل

دوای سێ قۆناغی ناسینی ئامانج و توێژینەوەی هەمەلایەنە، دووبارە سەرەی ئەوکارانەیە کەپێوستە لەلایەن خۆتانەوە بەئەنجام بگەیەنرێن و پێوستی بەڕاوێژی کەسانی تر نییە. بۆئەوەی ئەم قۆناغەش بە کامەرانی بەسەربەریت، چوارمەرجی سەرەکی وبنچینەیی بۆ ئامانجی دروست دەبێت بخرێنەژێر چاودێرییەوە. ئەم ئامانجە دەبێت:

- خۆشگوزەرانی و ئاسایشی زۆرتر بەدی بهێنێت.
- هەستی سوودبەخشی وخۆشحاڵی و چالاک بوونمان بۆ دروستبکات.
- لە ڕووی چاولێکەری و پێشبڕکێ لە گەڵ کەسێکی تردا هەڵنەبژێردرابێت.
- هەڵبژاردنەکەی لەژێر فشاری دایک و باوک، یان ئامۆژگاری کەسانی دەوروبەرەوە نەبێت.

پاش لێکۆڵینەوەی ئامانجەکانی خۆت و بەراوردکردنیان لەگەڵ ئەو مەرجانەی سەرەوەدا بۆت دەردەکەوێت کە لە جێبەجێکردنی هەندێ لە خواست و ویستەکانتدا کە ئەو چوار مەرجەیان تێدانیە، دوورە پەرێزیت کردووە. ئێستا دەبێت ڕاستگۆیانە و ئازایانە وەڵامی ئەم پرسیارانەی خوارەوە بدەیتەوە و لەسەرڕووی کاغەزێکەوە بیاننوسیت:

- **حەزم لەو ئامانجە هەیە؟**
- **لە حاڵەتی حەز لێکردندا، بۆ بە ئەنجامگەیاندنی، توانا و ئامادەیی تەواوم هەیە؟**
- **لە کاتی گەیشتن بەو ئامانجانە خاوەنی ئیمکاناتی پێویستم؟**
- **کاتی پێویستم هەیە؟**

ئەم قۆناغەش تایبەتمەندی خۆی هەیە، بەجۆرێک دەگونجێت لە بەدوادا ڕۆیشتنی هەندێ لە ئامانجەکانتان پاشگەزببنەوە. ئامانجێک کە تەنانەت مەرجی جێبەجێ کردن لە تۆدا دروست ناکات، هیچ سوودێکی بە دواوە نابێت.

ئێستا بە پەیبردن بە ئامانجە تایبەتییەکەت و تێبینی کردنی تواناکانتان لە پێشخستنیدا، و دیاریکردنی کاتی گونجاو، دەبێت دەستبەکاربیت. هەنگاوی دواتر، **"کات ڕێکخستن"**ـە بە وردی، بەم پێیە بۆ ئەنجامدانی هەموو کارێک دەبێت کاتی دیاریکراو دابنرێت.پێوانی هەر ڕێگەیەک بە هەبوونی زانیاری لە سەر پێچ و هەوراز و نشێوەکانی کاتی تایبەتی خۆی دەوێت، بۆ نموونە خوێندنی زانکۆ بە بەراورد لەگەڵ ئامانجی تردا پێویستی بە کاتی زیاتر دەبێت. دوای ئەم پۆلێنکردنە دەتوانن کاتەکانی خۆتان بۆ جێبەجێکردنی ئامانجە جیاوازەکان لە هەمان کاتدا ڕێک بخەن.بۆ نموونە، دەتوانیت لەگەڵ وەرگرتنی پسپۆڕییەک لە بوارێکدا، لە بیری پەروەردەکردنی ڕۆح و لەش و لاری یشتدا بیت، یان لە کاتی خوێندنی زانکۆدا زمانێکی بێگانە فێرببیت. لە بەشی بڕیاردان و چۆنیەتی هەڵبژاردنی کارێک بۆ داهاتوو، شیکردنەوە و راڤەیەکی گشتگیر دەکەین.

لە کۆتای ئەم بەشەدا باس کردنی خاڵێک زۆر پێویستە.

کەسانێک کە هەمیشە لە بارەی ئامانجەکانیان قسە دەکەن و هەرگیز دەستبەکارنابن، سەرکەوتنیان چنگ ناکەوێت. ئەم کەسانە هەمیشە بیریان لە سندوقی مێشکدا دەشارنەوە و بوێری ئاشکرا کردنیان نییە. بەکارهێنانی شێوازی "یاداشت وەرگرتن" و لێکدانەوەی هەمە لایەنەی ئامانجە جیاوازەکان، جووڵێنەرێکە رووە و ڕێوشوێنە پراکتیکییەکان. جێبەجێکردنی ورد و دروست لەم قۆناغەدا دەرگاکانی سەرکەوتنمان یەک بە یەک بۆ ئاوەڵا دەکات.

کورتەی بەشی یەکەم

※ کەسی سەرکەوتوو کە بە ئارەزووەکانی دەگات دەروونی ئاسوودە دەبێت. هەستدەکات ئەمە هەوڵ و کۆششی بەردەوامی ژیانە.

※ کەسێک کە خاوەنی ئامانجێکی روون بێت، دوای گەیشتن بە دەسکەوتەکان، هەست بە خۆشبەختی و ئارامی دەکات.

※ هەموو ئەو ئامانجانە یادداشت بکەن کە لە مێشکدان، و چەند جارێک بیان خوێننەوە، تا پێوەندی لەگەڵ ئەو ئامانجانەی کە شیاوی بەرهەف بوونی، ناسینی زیاتر بەدەست بێنن.

※ سپاردنی ئەندێشە و هیواکان بە مێشک و پەیداکردنی هەلی گونجاو بۆ لێکدانەوەی یەک بە یەکیان، ئەمڕۆ لە نێو ئەو کەسانەدا کە ئاگاداری توانای سەرسوڕهێنەری مێشکن ، زۆرکاری پێدەکرێت.

※ "خوێندنەوە" پردی بەیەکگەیاندنی نێوان مێشکەکانە، بە هۆی ئەم پەیوەندییەوە دەتوانین یارمەتی خۆمان بدەین لە هەڵبژاردنی ئامانجدا.

※ بە شێوازی "سەرمەشق وەرگرتن" و "مۆدێل سازی" زیاتر دەست دەگرین بە سەر کات و دارابیماندا.

※ لەگەڵ کەسانێکدا راوێژ بکەن , کە خاوەنی تایبەتمەندیگەلی ڕاوێژکارێکی بە ئاگا و شارەزابن.

※ دوای ناسینی ئامانج و لێکدانەوە هەمە لایەنەکانی، بە ڕەچاوکردنی "ریکخستنی کات" بە وردی ئامانجی خۆتان هەڵبژێرن، کەسانێک کە هەمیشە دەربارەی ئامانجەکانیان قسە دەکەن و هەرگیز دەستبەکارنابن، هیچ سەرکەوتنێکیان نابێت.

..بەشی دووەم

"بڕیاردان"

"گرنگی بڕیاردان"

مرۆڤی بەرچاو روون ئەوەیە کە دیلي هەست و سۆزی نابێت و بە گوێرەی بنچینەیەکی رێک و پێک رەفتار دەکات.

-سیگمۆن فرۆید-

پاش ناسینێکی تەواوی مەرجە بنچینەییەکانی ئامانجێکی دروست، نۆرەی بڕیاردان دەگات کە دەبێت وەک هەنگاوێکی گرنگ لە راستای هەموارکردنی رێڕەوی ژیاندا، گرنگی پێبدرێت. بە ئازادییەوە دەتوانرێت دان بەوەدا بنرێت کەساتی بڕیاردان یەکێکە لە سەختترین و چارەنووس سازترین ساتەکانی ژیانی مرۆڤ، زۆرکەس دەڵێن لەم ساتانەدا زەختێکی زۆریان بەرگەگرتووە. هەڵبژاردنێکی هەڵە تەواوی ژیانی لەچەشتنی تامی خۆشبەختی دوورخستووەتەوە. ولیام جیمس لەبارەی بڕیاردانەوە دەڵێت: ((چەندساتێک هەیە کە ناچارین هەڵببژێرین، بەڵام ساتیش هەیە هەڵبژاردن خۆی بڕیاردانێکە. بێگومان نەک ئەوەی بڕیارێکی باش بێت بەڵکو لە بڕیاردانێکی هەڵە باشترە. مرۆڤێک خۆی لە هەڵبژاردنەکان بەدوور دەگرێت، لەڕاستیدا لە ئەرکی بەرپرسیاریەتی خۆی دەربازکردووە، بەڵام تاوانباری)).

بڕیاردان بۆ ئایندە و هەڵبژاردنی رێگایەکی گونجاو بێگومان پێویستیان بە ئەندێشە و بیرکردنەوە هەیە، بەتایبەت ئەگەر ئایندە و خۆشبەختیمان لە و مەیدانەدان. کەسانێک کە

بەرپرسیاریەتی گەورەیان لە ئەستۆدایە، دان بە گرنگی بڕیارداندا دەنێن وەک بەشێکی زیندوو لە کاری بەڕێوەبردندا. بەڕێوەبەران وکارمەندان و بەرپرسیاران ئەوانەن کەهەمیشە لە کاتی خۆیدا بڕیاریانداوە. نیچە دەڵێت: ((هیچ کاتێک بۆ گۆڕینی بڕیارەکانتان درەنگ نییە)). مرۆڤی بەرزو بەهێز ئەو کەسەیە کە لەگۆڕینی بڕیارەکانیدا ژیری و دەرک بەکاربهێنێت. هەریەک لە ئێمە دەتوانین بەدابەشکردنن و شیکردنەوە و وردبوونەوە لەو شتانەی کە بەسەرمان وون، رێ و ئامانجێکی نوێ دەستنیشان بکەین، یان هەر لەسەر رێڕەوی پێشوو هەنگاو هەڵبهێنین.

مەرجەکانی بڕیاردان

"گەورەترین هەڵە ئەوەیەکە لە هەڵەکردن بترسین"

-ئیلبێرت هوبار-

بڕیاردانێکی گونجاو پێویستی بەچاودێری ئەم حەوت مەرجەی خوارەوە هەیە:

١- رێ بەدڵە ڕاوکێ مەدەن

ئەگەر لەکاتی بڕیارداندا رێ بەدڵە رواکێ بدەن، هەرگیز دەست بەبڕیاردان ناکەن و ئەگەر دوچاری ئەم رەشبینییە بوون توانای ئەنجامدانی هیچ کارێکتان نییە، هەرگیز ناتوانن زاڵبن بە سەریدا. ئەگەر بەدیدێکی ئەرێنی لەتواناکانی دەروونی خۆمان ورد ببینەوە و دەستەمۆی بکەین، ئەنجامێکی دڵ گیرمان بۆ پەیدادەبێت.

٢- لەبەسەرهاتی بڕیاردان مەترسن

ئەگەر لەبەسەرهاتی هەڵبژاردنی خۆت ترست هەبێت هەرگیز توانای بڕیاردانت نابێت. بیرکردنەوە لەشکستی پڕۆژە یان ئایدیایەک، لە بڕیارداندا تووشي گومانتان دەکات، هەر بۆچوونێک بۆئەوەی بڕواتە بواری پراکتیکە، دەبێت دەستپێبکات ئەرکی سەرەکی هەر دەستپێککردنێک بڕیاردانە.



٣- بڕیارەکانتان مەگۆڕن

بڕیارەکانتان مەگۆڕن تا ئەو کاتەی بەتەواوەتی دەزانن کەهەڵەیە، کەسێک کە بەردەوام وەک بەندۆلێک لەنێوان بڕیار و جیاوازەکانیدا هاتو چۆدەکات، سەرکەوتوو نییە. بۆ ئەنجامدانی هەرکارێک دەبێت هێمنی و سەبرمان هەبێت، ئەگەر هەموو شتێکتان بەئامادە و پاکراوی دەوێت، پێویستە قبوڵی بکەیت کە ورەی تەواوت بەکارنەهێناوە.

٤- لەگەڵ بۆچوون و بیرە نائومێد کەرەکاندا بجەنگێن

بیر و بۆچوونە ساردکەرەوەکان زۆرجار لەسەرەتای هەر ڕێڕەوێکی دژواردا بەرەو رووتان دەبنەوە. هەرگیز هەلی دەرکەوتنی ئەم بۆچونانە مەدەن، بیرە نائومێدکەرەکان ئەگەر لەگەڵ ڕەشبینی و نەرێنیدا هاوڕێ بوون، هەروەک ژەهرێکی کوشندە ئارزووەکانتان نابووت دەکەن شیکاری دوورودرێژی ئەم باسە لە ((ترسی پیرۆز))دا هاتووە.

٥- خۆتان بڕیاردەربن

بڕیارێک کە بە ئارەزووی مەیلی خۆتان نەبێت لەلایەن کەسانی ترەوە دەرکرابێت بێ سوودە و ئەگەربەرێکەوت بەسەرئەنجامێک بگات خۆشحاڵ کەر نییە. بڕیاردەری کۆتایی خۆمانین. کەسانی تردەتوانن ڕۆڵی ڕێنماو ڕاوێژکەر ببینن.

٦ - بڕیاری بەپەلە مەدەن

بڕیارێک کەبەبێ ڕۆچوون بدرێت، لەنیوە رێدا بە بنبەست دەکات یان بەچەند ئەنجامێک دەکات کەلای پەسەند نییە. بەبڕیاری بەپەلە تەنها خۆمان تووشی سەرئێشە دەبین. تەمەنی ئێوە گران بەهایە و نابێت بەبڕیاری نادروست هەلەکان لەدەست خۆمان بدەین.

٧- سەرکێش وکەللە ڕەق مەبن

سەرەنجام ئەگەر دەرکتان بەهەڵەی بڕیاری خۆتان کرد، سەرسەختی و کەللەرەقی وەلابنێن. هەوڵبدەن توانای پێداچوونەوەی بڕیارەکان لەخۆدا پەروەردە بکەن. بڕیاردان قۆناغێکە وا هەست مەکەن کە بە تێپەڕاندنی ئەو قۆناغە، ئیترهەموو شتێک کۆتایی پێهاتووە.

هەڵبژاردنی پیشە

هەڵبژاردنی کاروپیشەی ئایندە کارێکی زۆر گرنگ و چارەنووسسازە و سەرنەکەوتن لەم بەشەی ژیاندا کە فەراهەمکەری دارایی وخۆشگوزەرانییە، کاریگەری لەسەر لایەنی تر هەیە و رێگری گەشەکردنی تواناکان و بە ئەنجامگەیاندنی مەبەستەکانمانە. لەبەر ئەوە، گونجاوە سەرەتا بەچاکترین شێوە بە وردی پیشەی ئایندەی خۆمان دەستنیشان بکەین و پاشان خەریکی ئامانجی تر بین.

بەهەمان شێوە وەک لەباسی دیاریکردنی ئامانج و ناسینیدا ئاماژەی بۆکرا. هەڵبژاردنی پیشەی ئایندە بەگوێرەی پێوەری کەسانی تر و پاشان پەسەندکردنی هەندێ ئامۆژگاری نابەجێی دەوروبەرمان، بە پێخاوسی ڕۆیشتنە. هەروەها بەبڕیارە زووەکانی کۆمەڵگا لە بارەی و ڕێزی پیشەیەکی تایبەتت گرنگی. بەدوای حەزە تایبەتەکانی خۆتاندا بڕۆن دڵنیابن هەرگیز لەم هەڵبژاردنە پەشیمان نابنەوە.

چوار بنەماکەی بڕیاردان بۆ هەڵبژاردنی پیشە

١- نەبوونی دژەبۆچوون

((دڵەڕاوکێکانمان خیانەتکارن کە بە ئامۆژگاری لە ئامانجەکانمان دوورمان دەخەنەوە، لە کاتێکدا کە بڕیارێکی بەهێز دەستپێکردنێکی بەجێ تووشی سەرکەوتنمان دەکات))

ولیام شکسپیر

ئەگەر هێشتا دوو یا سێ ئامانج لەمێشکدا پەروەردەکەن و ناتوانی هەڵبژاردنیان بۆ بکەیت، تووشی دژایەتی بوویت لەنێوانیاندا. دوودڵی لە بڕیارداندا ناخۆشترین ساتی ژیانی هەمووانە، چونکە ڕێگری هەڵبژاردن و دەستبەکاربوونی کارێکی نوێیە. تێپەڕاندنی ئەم قۆناغە چارەنووس سازو سەختە پێویستی پێش مەرجگەلێکە کە ئاگابوون لەومەرجانە دەتوانێت سوود بەخشبێت، بەڵام پێش ئەوەی بڕۆینە ناوئەم باسەوە، پێویستە بەهێنانی نموونەیەکی ترسناک ڕوونی بکەینەوە. ئەگەر دەستی ڕاستی کەسێک بەپەتێک ودەستی چەپیشی بەپەتێکی تر ببەستین پاشان سەری پەتەکان لە هەردوو لاوە ڕابکێشین، چی بەسەر دێت؟ بێگومان تووشی زەختێکی قورس دەبێت.

دژایەتی بیر و هزرەکان بەهەمان شێوە دەمانخەنە ژێر فشارەوە دووبیری دژبەیەک یان دووئامانجی جیاواز وەک ئەم دوو پەتە وان و بەردەوام بەرەو خۆی یان ڕامان دەکێشن و دەبێتە هۆی پەرێشانی مێشک، بەجۆرێک هێزی بڕیاردانی کۆتایی لەدەستدەدەین.

چۆن درژە بۆچونەکان لەناوبەرین:

((دژە بۆچوون خۆرەی مێشکی خاوەنەکەیەتی))

–کارین هورنێ–

لەناوبردنی دژەبۆچوون زیاتر لەهەر شتێک پێویستی ئازایەتی ڕووبەڕوو بوونەوەیەکی ڕاستگۆیانەیە لەگەڵ کێشەکان، دەبێت لەمێشکماندا وێنەیەکی ڕوون لەتوانست و حەزەکانمان بکێشین و لەهەمان کاتیشدا کاتێکی پێویستیش بۆ گەیشتن بە ئامانجەکان ڕچاو بکەین.سادەتر بڵێین. لە زۆری توانستمان نابێت مەغروربین و دوچاری ئەو درۆیە نەبین کە دەتوانین هەموو کارێک ئەنجامبدەین. بێگومان هەریەک لە ئێمە دەتوانین بەپشتیوانی و هەوڵ و بەدواداچوون، ئەو کارەی دەمانەوێت تەواوی بکەین، بەڵام کۆتایی پێهاتنی کارێک هەرگیز نیشانەی دەسکەوتنی چاکترین ئەنجام نییە.

ئەنجامی دڵگیر و داواکراو ئەوکاتە دێتەدی کە لە خۆماندا هەست بەڕازی بوون بکەین. جگە لەمانە هەروەک لەبەشی ئامانج ناسیدا لێی دەدوێین.

– دەبێت لایەن و شێوازە و ئامانجە ئەرێنی یەکان بناسین و پاش لێکۆڵینەوە و پێوانە کردن بە بڕیاری کۆتایی بگەین.

٢– دەبێت کارمان خۆش بوێت

((هاوسەر گیری لەگەڵ کاری خۆتاندا بکەن))

؟

ئاسوودەی و دڵ ئارامی و ڕازیبوون لەکۆتایی کاردا نیشانی حەز بوونە لەو کارە. بەواتایەکی دی، دەبێت بەحەز و شەوقەوە لەبارەی کارێکەوە بۆچوون دەربڕین تا هەرگیز هەست بەماندوویەتی نەکەین، چونکە کارکردن بەشێوەیەک لە شێوەکان سەرگەرمی لەزەت لێبردنە. کەسانێک کەکاتەکانی خۆیان لەگەڵ پیشەیەکی دڵخوازدا بەسەردەبەن، لەهەمان کاتیشدا دەرامەتێکیشیان بۆ پەیدا دەکات، زۆر خۆشحاڵترن لەوانەی کەحەزیان لە کارەکەیان نییە. کارێک کەتەنها لایەنی ماددی هەبێت و بەشێوەیەکی میکانیکی بێت ودووربێت لەهەرجۆرە حەز و ئارەزوویەک، مانگ و ساڵەکانی سەرەتا ئاسوودەبەخشە بەڵام بەرەبەرە ناخۆش دەبێت و پەرۆشی ئەوکەسە بۆ پێشکەوتن لەو کارەدا لەنێودەبات.

ڕێگەم پێبدە بۆ دەرکپێکردنی ئەم بابەتە ڕووداوێکتان بۆ بیگرمەوە کەساڵانێک لەمەو پێش ڕوویدا، ئەوکاتەی من کارمەندی دادگابووم، ڕۆژێکیان سواری تەکسییەک بووم تابەرەو شوێنی کارەکەم بڕۆم، دوای ماوەیەکی کورت، گەنجێکی جل و بەرگ جوان و باڵابەرز سواری تەکسییەکەبوو، کەئەویش بەڕێکەوت کارمەندی دادگاکە بوو. لەم یەکترناسینە چاوەڕوان نەکراوە خۆشحاڵ بووم. دەستمکرد بەقسە کردن لەبارەی کارەکەیەوە، وتی پێشتر هیچ ئارەزووی لەم کارە نەبووە بەڵام ئێستا زۆر حەزی لێیەتی. پرسیارم لێکرد دەربارەی ئەم گۆڕانە ئەویش ڕووداوەکەی بۆباسکردم: تاسێ مانگ لەمەوپێش بەڕێوبەری کۆمپانیایەکی گەورەبووم. ئەم کۆمپانیایە بریکارێکیان دەستبەکارکردبوو کەلەکاتی شەڕکردن لەگەڵ کڕێکاراندا هەمیشە بەرگری لە بەرژەوەندییەکانی دەکرد. ڕۆژێک بەهۆی نەهاتنی ئەم بریکارە ناچار کرام لەیەکێک لەکۆبوونەوەکاندا کە زۆر جار لەوەزارەتی کار دەبەسترا ئامادەبم. بەوپێیەی خوێندنی من یاسابوو، بەچارەسەری کێشەیەک کە سوودی بۆ کۆمپانیاکەمان

هەبوو، منی ئومێدەوار کرد. خۆشبەختانە زۆر باش درەوشامەوە و توانیم بابەتەکە بەچاکی ڕاڤە بکەم. لەجێی فەرمانگە یەکسەر بەرەو ماڵەوە ڕۆیشتم بەئیشتیهایەکی زۆرەوە نانی نیوەڕۆم خوارد. (دوای هاتنەدەر لە کۆبونەوەکە چالاکییەکی زۆرم لەخۆدا هەست پێدەکرد). هاوسەرەکەم هۆی ئەوچالاکییە زۆرە و حەزلێکردنی خواردنەکەی لێپرسیم. بەپرسیارەکەی بروسکەیەک لەهزرمدا درەخشا و بۆم دەرکەوت کەسەرکەوتن لەکارەکانی ئەوڕۆژەدا هۆکاری ئەم هەموو چالاکی و خۆشحاڵ بوونەیە، چونکە لەکاتی ئاساییدا بەبێ ئارەزووەوە خواردنەکەم دەخوارد، پاش کەمێ بیرکردنەوە زانیم کە ئەم کارەی ئێستام هیچ حەزێکم بۆی نییە و بەناچاری ئەنجامیدەدەم. خێرا گەڕامەوە بۆکۆمپانیاو، کەرەستەکانی سەرمێزەکەم کۆکردنەوە. لەگەڵ ئەوەی مووچەی ئێستام پێنجیەکی مووچەی پێشوومە. بەڵام نازانن کە لە هەڵبژاردنی کاری حەزلێکراوی خۆم چەندە ڕازی وخۆشحاڵم.

٣- یەک دڵ بن: (ڕازی سەرکەوتنی شێرچییە؟))

((مرۆڤ دەتوانێت بەوەی کە دەیەوێت بگات، بەمەرجێک
واز لە بڕیارە تۆکمەکان نەهێنێت))

دەڵێن شێر پادشای دارستانە و تۆکمەترین ئاژەڵی نێودارستانیش نییە. لەکاتێکدا هێزی فیل و کەرکەدەن چەند بەرامبەری هێزی شێرە، بۆچی شێر نازناوی پاشای دارستانی پێبەخشراوە؟ هۆیەکەی ئەوەیەکە، سەروەری و گرنگ بوونی شێر و متمانە بەخۆبوونی زۆرترە. ئەم ئاژەڵە لەگەڵ خۆیدا (یەک دڵە) و هەرگیز دژەبۆچوونی تێدا جێنابێتەوە با پێکەوە شێوازی ڕاوکردنی لێکبدەینەوە.

شێر هەر بەبینینی نێچیرەکەی بەخوێن ساردی و ئارامی و وریاییەوە لەسووچێکدا کەمین دەگرێت چاوەڕێ دەکات تانێچیرەکە دەڕواتە شوێنێکی لەبار. بەدرێژای ئەم کاتە هەموو هێزی لەپەنجەکانیدا کۆدەکاتەوەو هەست وهۆشی لەچۆنیەتی ڕاوکردنیداچڕدەکاتەوە، لەئەنجامدا خاوەنی وەها هێزێکی دەروونی و جەستەیی دەبێت کەباوەڕناکرێت. سەرەنجام، هەرکە نێچیرەکە بەتەواوی دەکەوێتە ژێردەستەڵاتی، بەجووڵەیەکی کتوپر، بە خێراییەکی لەرادەبەدەرخۆی دەکشێنێ وبەنەڕەیەکی بروسکەئاسا وترسناک هێرشی بۆدەبات. ئەم

جووڵەیە هێندە ترسناک وخێرایە کە ئاژەڵی بەستەزمان هیچ بوارێکی بەرگریکردن و ڕاوکردنی یان ڕووبەڕوبوونەوەی نییە.

سەرکەوتنی شێرولەزۆر و زۆرداریدا نییە، بەڵکو زۆرتر لەشێوازی سوود وەرگرتن لەهێزی جەستەیەتی. ئێمەش ئەگەر **گوێ لەبانگەوازە قووڵەکانی دەرونمان بگرین و گەلێاندا هاوڕێک بین، هەرگیز تووشی دوو جەمسەری ودژە بۆ چوون نابین، و لەساتی بڕیارداندا بۆساتێکیش دوانەکەوین.**

٤- بەدوای کاری جیاوازدا مەگەڕێن

گەیشتن بە سەدان ئارەزوو لە ساتێکدا هەرگیز بەدی نایەت
؟
کەسێک کە بە دوای چەندین ڕێدا بگەڕێت، هەمووی لێ
وون دەبن.
؟

بە کەمێک سەرنجدان لە دەورووبەرمان یەکێک بە کارێکەوە سەرقاڵە، بەڵام لە ڕووکاردا لە ئەنجامەکەی، ڕازیبوونی دەروون هەستپێناکات، یەکێک لە کێشەکانی ئەم جۆرە کەسانە ئەوەیە کە بە ئامانجی ڕاستەقینەو هاوئاهەنگ کردنی هێزە دروستکەرەکانی بۆدەستکەوتنی ئەم ئامانجانە هەنگاو نانێن، لەباسی ئەوەی لەگەڵ خواستەکانی ڕێکبکەون و دڵیان بە ئامانجێکی دیاری کراو بسپێرن،بەرەو چەند ڕێگەیەکی جیاواز دەڕۆن. کەسانێک کە هێزی جەستەی دەروونی خۆیان لە چەند کارێکی جیاواز و بێ بەرنامەدا بەفیڕۆ دەدەن، هەرگیز بەسەرکەوتن ناگەن، **لە کاتێکدا نیشانەی سەرکەوتنیان ئاگاداربوونە لە نیازە دەروونی و هەڵقوڵاوەکانی بوونیان. دەبێت پشت بەستن بەتوانست و کارامەیی حەزەکانیان ئامانجی خۆیان دەستنیشان بکەن و بۆئەنجامگەیاندنی هەوڵبدەن و کۆشش بکەن.** ئەوانەی بەئاگان لەخواست و ئارەزووەکانیان و بیروبۆچونەکانیان ناڕێک نیین، دەگەنە ئامانجەکانیان. با گوێ بدەینە وتەکانی دیل کارینگی لەم بوارەدا:

((...بەبڕوای من ڕێگای سەرکەوتن لەهەر بوارێکدا ئەوەیە کە ئێوەی خۆتان بگەیەننە مامۆستایی لەوبوارەدا. من بڕوام بە دابەشکردنی هێز و وزەکان نییە لەکارە جیاوازەکاندا. زۆر بە کەمی چەند کەسێکم دیوە حەزیان لە چەند کارێک بێت و گەشتبینە ئامانجەکانییان. ئەو مرۆڤانەی کە کەتوونەتە سەرکەوتن ئەوانەبوون کەیەک بواریان هەڵبژاردووە. خۆیان لەو بوارەدا نقوم کردووە.))

ئەو هۆکارانەی ئامانج لەسەرکەوتن نزیک دەکەنەوە

١- کارامەیی

((هەوڵی ڕێک و پێک و بەردەوام، پاداشتی چەند بەرامبەر دەبێت))

بۆسەرکەوتن و چنگکەوتنی خواستەکانی دڵمان دەبێت هەموو هێزمان لەئامانجمان سەرفبکەین و لەدەستکەوتەکانی دڵەکانمان وردبینەوە. بەم شێوەیە نەک تەنها هۆکاری بژێوی خۆمان فەراهەم دەکەین بەڵکو بەچڕکردنەوەی تەواوی دەروونمان لەو ئامانجەدا، ئەو کارە ڕۆژانەیە بەشادی و دوور لە هەر ماندووبونێک رادەپەڕێنین. ئەگەر لە بەدواداچوونی ئامانجەکانماندا چالاک نەبین، پەرۆشی بەردەوام بوونمان تێدا گەشەنەکات لە نیوەی ڕێی سەرکەوتن و بەرزبوونەوەدا لە پێشکەوتن رادەوەستین ولە کۆتاییدا توانای جێبەجێکردنی هەموو جۆرە بڕیارێک بۆ هەمیشە لە دەستدەدەین.

سەرکەوتن و کامەرانی لە ئامانجەکاندا کاتێک بەدیدێت کە ئاواتی گەیشتن بەو ئامانجانە لە ناختانا بەهێز بکەن. ئەگەر واتان کرد دڵنیا بن کە هەوڵ و کۆششەکان لەم ڕێڕەوەدا هاورێتان دەبن. ڕێگای سەرکەوتن پڕە لە کێشە کە دەبێت بە هەموو تواناوە چارەسەریان بکەن و بزانن کە هیچ کارێک بە بێ ڕەنج و ماندووبوون نە هاتووەتە بەرهەم و بە بەرهەمیش ناگات.

بە داخەوە زۆر کەس لە قۆناغە سەرەتاییەکانی کاردا هەست بە ئارامی و خۆشحاڵی دەکەن، بەڵام پاش ڕووبەڕووبوونەوە لەگەڵ کێشەکان دەست لەکارەکانیان دەشۆن و بیرێکی

نوێ لەسەریاندا دروستدەکەن، لەکاتێکدا ئەگەر خۆڕاگری و بەردەوامیان هەبووایە، لەوانەیە چەندهەنگاوێک لەگەڵ سەرکەوتندا مادەیان هەبێ.

سەرکەوتن لەردەمدا

دەڵێن خاوەن کانێک ماوەیەکی زۆر لەناوچەیەکدا کاریدەکرد کە بوونی تاڵتون تیایدا سەلمێنرابوو. ، کارێکی زۆرسەخت و کەم پارەیی سەرەنجام زۆر ماندووی یان کرد لەگەڵ ئەوەی کەزۆرترین بەشەکانی کارەکەی ئەنجامدابوون

بەنیوە بەجێی هێشت و سپاردی بەکەسێکی تر. کڕیاری خۆی کەسێکی شارەزابوو، لەکاربەردەوام بوو تەنها دوای دوو ڕۆژ بەیەکەم چینەکانی ئاڵتوون گەیشت، بەم جۆرە پاداشتی هەوڵ و دووربینی خۆی وەرگرت (کیم ووچونگ)، خاوەنەی کۆمپانیای کەشتی سازی و خانووسازی و قوماش وکارگەی ئۆتۆمبیل ((دایو)) لەم بارەیەوە دەڵێن ((بڕوامان وایە ئەگەر بەهەموو هەستی خۆمان بۆپێشکەوتنی کارەکانمان هەوڵبدەین، سەرکەوتنمان بێگومانە. کەسێک کەبەتەواوی بوونی خۆی کۆشش بکات، هەرگیز شکست ناخوات)).

٢- متمانە بەخۆبوون

((تەواوی بەڵێنەکانی دونیا جگە لە هەڵخەڵەتاندن هیچی تر نیین، باشترین دەستووری ژیان متمانە بەخۆبوونە))

مایکڵ ئەنخیلۆ

باوەڕ و متمانە هێزی دروستکەر و بەدیهێنەری ئامانجەکانی مرۆڤن کە بەگەشاوەبوون وپێشکەوتن کۆتایی یان دێت وهۆکاری پێشرەوی بێ وەستانی مرۆڤن لەڕێرەوی ئامانجەکانیدا. ئەگەر داهێنەران، توێژەرەوەکان و زانایان و سیاسەتمەداران لەناخی خۆیاندا متمانەیان نەدەبوو هەرگیز ناویان لە مێژوودا بەنەمری نەدەمایەوە.

هەمیشە بڕوا بەخۆبوون بپارێزن و ڕێ مەدەن کەسانی ترسست و لەرزۆکی بکەن وبزانن کە خۆ بەکەم زانین و نەبوونی متمانە بەربەرستێکن لەسەر ڕێێ سەرکەوتن وکامەرانی. کەسێک کە باوەڕی بەهێزوتوانای دەروونی هەیە، هەرگیز لەبەرامبەر کێشەکاندا سەر نەوی

ناکات. ئەم جۆرە کەسە خاڵەلاوازەکانی خۆی دەناسێت و ترسی رووبوروبەوونەوەی رووداوەکانی ئایندە ناخاتە دڵ. لەبەشەکانی داهاتوودا بابەتێک باسدەکرێت کە باوەرو متمانەبوون لەئێوەدا بەهێز دەکات.

متمانە بەخۆبوون چۆن دەستدەکەوێت

((ئەگەر ئیرادەی بەردەوامت هەبێت، بێگومان سەرکەوتودەبیت))

(راڵف ئەمرسۆن)

متمانەبەخۆبوون بێگومان پێویستی هەموو پێشکەوتنێکە لە کاردا. بەمتمانەی راست و پاک، باوەڕ بەرامبەر بەخۆمان قووڵتر دەکات کەئەمەش لەخۆیدا هۆکاری دڵگەرمی، پشتیوانی زۆر تێکۆشان دەبێت. ئەم رێگە سادە و کردارییانەی خوارەوە زۆرتر لە بەهێزکردنی متمانە بەخۆبووندا هاوکاریتان دەکەن:

❊ **هزرو بیرەکانتان** لەپێشدا بۆسەرکەوتن چڕبکەنەوە.

❊ بەجەختکردن لەسەر ئامادەیی و توانست ئیمکانەکانتان و هێزی دەروونتان بەهێزتر بکەن

❊ هەوڵبدەن **بەدووبارە کردنەوەی** وشە ئومێدبەخش ودڵ گەرم کەرەکان ورەیخۆتان لەهەموو لایەنێکەوە بەهێزتربکەن

❊ لە فکری **ئامانجەکانتاندا** بن و بیری لایەنگیری لەلایەن کەسانی ترەوە لە خۆتان دووربکەنەوە

❊ بە هیوا و ئومێد باوەڕتان هەبێت وبیکەن بەدروشمی خۆتان.

❊ هەمیشە خۆتان **تەلقین** بکەن ک دەتوانن رێگەچارە بۆ هەموو کێشەکان بدۆزنەوە

❊ لە نێوان ئامانجەکاندا ئەوەیان هەڵبژێرن کەزیاتر **ئومێدی** سەرکەوتنی هەیە

❊ بۆ نەهێشتنی هەرکێشەیەک بگەڕێنەوە **بۆمێشکتان** و داوای هاوکاری لێ بکەن

کورتەی بەشی دووەم

❊ ئامانجێک دەستنیشان بکەن کە ئاسایش و خۆشگوزەرانی، خۆشحاڵی و چالاکیتان پێببەخشێت و دوور بێت لە چاولێکەری و پێشبڕکێ.

❊ هەڵبژاردنی ئامانج نیازی بەئەندێشە و بیرلێکردنەوە هەیە.

❊ هیچ کاتێک بۆ گۆڕینی بڕیارەکانتان درەنگ نییە.

❊ گۆڕان بە ئامۆژگارییە نابەجێیەکانی دەوروبەر و گرنگیدان بە هەڵسەنگاندنە زووەکانی کۆمەڵگە دەربارەی گرنگی و ڕێزی پیشەیەکی تایبەت، ڕێگری هەڵبژاردنێکی دروستدەبێت.

❊ ((حەزکردن لەکار)) ((نەبوونی دژە بۆچوون)) ((یەکدڵی)) و ((بەدوای کاری جیاوازدا نەگەڕان)) چوار هۆکاری سەرەکی و بنچینەیین لە دەستکەوتنی سەرکەوتندا.

..بەشی سێهەم

ئەم بنەمایانە گرنگن

"هەشت بنەمای سەرکەوتن"

١ – رووە و ئامانجەگەورەکان بڕوانن:

((پێشنیاری بچووک وەلابنێن وپێشنیارە گەورەکان لەبەرچاوبگرن وئامانجی خۆتان بەرزکەنەوە))

– دانیاڵ بارتهایم–

بۆ ژیانتان ئامانجی گەورە هەڵبژێرن. ئامانجە بچووک و کەم بایەخەکان گەرچی چنگ دەکەون بەڵام دڵخۆشکەرنین، دەزانین کە ئامانجی گەورە و بەرز پێویستی بە هەوڵ و کۆششی زۆرە و لە ئاکامدا بەرهەمەکانی ئەم هەوڵانە کەم نابن. **چاک ویستن لە هەڵبژاردنی پیشەدا بە مەرجێک هاوڕێ بێت لە گەڵ لێکۆڵینەوە و خوێندنەوەیەکی ورد دا هەرگیز زیانی لەدواوە نابێت.** باوکێک لە کوڕەکەی پرسی: کوڕم، نیازت هەیە ببی بە چی لە ئاییندەدا؟ کوڕەکە بە شانازییەوە گوتی: دەمەوێت بە پلەی بەرزوگرانبەهای تۆ بگەم، چونکە رێزێکی زۆرت هەیە و زۆر دانایت. باوکەکە وتی: کەواتە بە هیچ پلەوپایەیەکی باڵا ناگەیت، چونکە ئارەزووی من ئەوە بووە ببمە ئەنیشتایین بەڵام تازە گەیشتوومەتە ئەمە.

ئەگەر دەتانەوێت زۆر باش و بەرجەستەبن، بە شێوەیەکی ماندوونەناسانە هەوڵبدەن، کەمتر بخەون وبێکار مەبن، لە بەرئەوەی زۆر باش بوون، پێویستی بە هیممەتێکی باڵا هەیە، هەر یەک لە ئێمە دەتوانین یەکێکبین لە باشترینەکان و **بەتەواوی هەست و نەستەوە**

بتانەوێت، ئەم خواستەی دڵ و دەروونەتان هەمیشە دووبارە بکەنەوە. ئەوکات دەبینن کە کارەکان لەخۆیان دا دەگەنەئەنجام.

مرواری دەریا و قرش

لەدەریادا سوودی بێ ئەژمارەهەن.

ئەگەریش بتەوێ ژیانت دەخەن کەنار

– سعدی شیرازی–

کەسانێک بەکەمترین سەرکەوتن قایلن، کەمترین شتیان دەوێت و دەستیان لە گیرفاندایە و ئاسوودە و خەیاڵ لە کەناری دەریادا پیاسە دەکەن بە وتەی خۆیان کەسێکی قانیعن. ئەوانەی کە چاوەڕێی ((باشترین)) دەکەن و بەتەواوی هەستیان وە دوای ئامانجەکانی خۆیان دەکەون، هەرگیز دانانیشن و دەستبەردارنابن و بە جۆرێکی شیاو لەدرەختی ژیان بەرهەم دەخۆن. ئەم کەسانە لەخۆیاندا ئازایەتی و غیرەتێکی زۆر دەبینن. لە جێی پیاسەی کەناردەریا و سەرەڕای بوونی ترسی قرشەکان، دڵ بە دەریا دەدەن و بەدوای مرواری دەریادا دەگەڕێن. ژیانی بێ کێشە و دوور لەنیگەرانی و شپرزەیی خەون و خەیاڵێک زیاترنییە. ژن و پیاوی ئازا و بەجەرگ بەهۆی کێشەکانەوە ترس ناخەنە خەیاڵیانەوە.کەسێک کە دەیەوێت بەسەرکەوتن بگات، دەبێت هەنگاوی گەورەتر بنێت، دەستکەوتنی سەرکەوتن بەرهەمی جووڵان و تێکۆشانە و نەک وەستان و بێ جووڵەیی. **کیم ووچونگ** لە کتێبی (هەموو شەقامێک بەرد رێژکراو بەئاڵتوونە)دا دەڵێت: ((ژیان نەرێڕەوێکی ئاسان و پان و بەرینە و نە چەپکێ لەگوڵی سوور، ئاگاتان لێبێت گوڵی سووریش پڕە لەدڕکی تیژ و ئازاردەر)).

٢- ئایا هۆش و لێهاتوویی لەسەرکەوتندا کاریگەرییان هەیە؟

((بەلێهاتوویەکی مام ناوەندی و کارامەییەکی زیاد هەرچیت بوێ دەستت دەکەوێت کارامەیی هەمیشە جێگری لێهاتوویی بووە))

–باکستۆن–

((تەنها کەسێک سەرکەوتوو دەبێت کە بە چاوەڕوانی
دانەنیشێت و هەموو شتێک لە هۆش و هەستی خۆی
داوا بکات))

-فردریک شلیەر-

ئەگەر هۆش و لێهاتوییەکی زۆرمان هەبێت و بەدروستی بەکاری بهێنین، بێگومان ڕێگەی گەیشتن بەسەرکەوتن وکامەرانی ئاسان دەبێت، بەڵامئەگەر لەکارەکاندا کەم تەرخەم بین، بێتواناترین و نائامادەترین کەسانی پێداگر پێشماندەکەون. بێگومان لەدەستدانی لێهاتوویی بەهۆکارەکانی وەک بەرگریکردن، سەخت هەوڵدان، ڕێکخستن و وردی و ئارامگری دەتوانرێت قەرەبوو بکرێتەوە. هەریەک لەم هۆکارانە گرنگ و کارسازن. لەکاتی خۆیدا لێکۆڵینەوەی لەسەردەکەین، بەڵام لەسەرەتادا دەبێت ئەو بابەتە بورووژێنین کە چۆن لەکەسێکی نائامادە و کەم هۆش دا، تاکێکی ئامادە و بەهۆش دروستدەکرێت.

راستی هەیە کە توانای راپەڕاندنی مێشک چەندەها جار زۆرترە لەو ئیشانەی کەپێی دەکرێن و هیچ مرۆڤێک نەیتوانیوە بەتەواوی هۆش و زیرەکی خۆی بەکاربهێنێت، تەنانەت ئەنیشتاین هەڵکەوتووی زانستی سەردەم تەنها ١٣% ی تواناکانی مێشکی بەکارهێنابوو. لەم بارەیەوە گوێ لەوتەیەکی **ولیام جەیمس** دەگرین کە دەڵێت: ((هێزی مێشکی ئێمە وەک داینەمۆیەکی کارەبای چەند سەد هەزار ڤۆڵتیە کە بە داخەوە جگە لە یەک گڵۆپ زیاتر هیچی تری پێ بەکارناهێنین)).

زانستی ئەمڕۆ بەسوود وەرگرتن لەزانیارییە بەدەستهاتووەکان لە بواری **کردارەکانی سیستەمی مێشک** بەو ئەنجامە گەیشتووە کەهەرکەسێک لەتوانایدا هەیە بەشێوەیەکی سوود بەخش هێزی مێشکی خۆی بخاتە گەڕ*.

* بۆ زانیاری لەم بوارەدا سوود لەم کتێبانە وەربگرە
هێزی بیر (جوزێف مۆرفی). **دەروونناسی و وێنەی بیر** (ماکسوێل مالتز). **چۆن بیری خۆمان بەهێز بکەین** (د. جەیمس وینلند)

وەک لەم بەشەدا ئاماژەی بۆکرا، چاکترین شێواز بۆ سوودوەرگرتن لەتواناکانی مێشک سپاردنی بیر و ئەندێشە و ئارەزووەکانە بەمێشک. کێشەکانی خۆتان بە مێشک بسپێرن تا لەکاتی گونجاودا بخرێنە بەر لێکۆڵینەوە. ڕاهاتن بەم کارەوە مێشک چالاکتر دەکات، بەجۆرێک لەکاتی کورتدا وەڵامی پێویستتان دەدرێتەوە. مێشکی ئێوە توانای هەیە وەک هەتاو تیشکی بەرهەموو جێیەک بکەوێت. تەنها بە مەرجێک بەشێوەیەکی دروست سوودی لێوەربگیرێت. **بوسوێت** زۆربەجوانی ئەم بابەتە دەردەبڕێت:؟((مێشکی ئێوە وەک ئاشێکە کەهەمیشە کاردەکات، ئەگەر گەنمی تێبرژێت ئاردی گەنم فرێدەدات، ئەگەر جۆی تێبکرێت ئاردی جۆ. لەبەرئەوە ئایدیا و فیکرەی جوانی تێ برێژن تا خاوەنی بەرهەمی جوان بن. لە بەشەکانی دا هاتوودا سەرەڕای باسی لە نەست دەمادینە شی کردنەوەیەکی تێرو تەسەلتر لەم بەسێتهنەدا.

٣- ئایا بەخت و شانس لەسەرکەوتنماندا گرنگییان هەیە؟

قەومێک بەجدی و هەوڵەوە گرتیان زوڵفی یار
قەومێکی تر حەواڵەی چارەنوسیان کرد

حاف شیرازی

((گەنجینەکانی خۆمان بەرەو ئەو کەسانە دەروات کە
بەمتمانە بەخۆبوون و ئازایەتی زۆرەوە لە گەڕان بەدوای
راستی خۆیاندان))

- هیلەر ویلمان-

گەرچی ئێمەی ڕۆژهەڵاتی خاوەنی بیر و باوەڕی باشین، بەڵام بە داخەوە مێشکمان ئالوودە بووە بە چەندین "باوەڕ"ی هەڵە کە ڕزگار بوون لێیان هەروا ئاسان نییە.یەکێک لەهەڵە بەربڵاوەکان دانە پاڵی شانس و بەختە بۆ سەرکەوتنی کەسێک.بۆ نموونە، ئەگەر یەکێک پارچە زەوییەکی کڕی و پاش ماوەیەک ئەو شوێنە گۆڕا بۆ شوێنێکی باش و گرانبەها و بەسەروەت و سامانێک گەیشت، دەڵێن بەختی هەبوو، یان سەرکەوتنی کەسێکی تر لەخستنە گەڕی کارگەیەکی گەورە دەخەینە ئەستۆی شانسی ئەوکەسە.

بابکون دەڵێت: ((دەزانن بەخت چییە؟ بەخت ئازایەتی بەئێمە دەبەخشێت تا هەستبکەین ڕۆژگار لەگەڵ خواستەکانمان دایە و ئەم هەستە هێزی بیر و جەستەمان لەئەنجامدانی کارە سەختەکاندا بەهێزدەکات)).

کەسانێک کە هەموو شتێک بۆ شانس دەگەڕێننەوە، بە زمانێکی بێزمان دەڵێن: کەسێکی لاواز و تەمەڵ بەم جۆرە دروشمانە سەرەقاڵییەکی بێنرخ بۆ خۆی دروستدەکات. بەوتەی شاعیری گەورەی ئەڵمانی **وولف گانگ گۆتێ** ((لە هەلومەرجە باشەکان سوود وەرگرن چونکە زۆر نایابن)).

بەخت و شەنس بە واتای سوودوەرگرتنە لەو هەلانەی بۆمان دروستدەبن

ئەگەر چاوی بینا و گوێی بیسەرمان نەبێت و لە هۆش وزیرەکی و هێزی بڕیاردانی خۆمان سوودوەرنەگرین، چۆن دەتوانین بەخت لە باوەشماندا هەڵگرین؟. **دەبێت هەمیشە بەدوای شانس (هەل) دا بگەڕێن** بە وردبینی ودووربینی یەوە سوود لەو هەلانە وەربگرین کە لە ژیاندا ڕووبەڕوومان دەبنەوە.

دەڵێن بەخت یەکجار لە دەرگای ماڵەکەت دەدات، بەڵامکردنەوەی دەرگاکە بەرێکەوت نییە."شانس" **بە واتای دەرککردنی هەوڵ و پێشهاتەکان و هەڵبژادنی باشترین"ەکانە**.

کەسانێک کە لەو باوەڕەدان ژیان لەڕێڕەوی پێچەوانەی خواست و ئارەزووەکاندا دەڕوات، لە هەڵەدان.ژیان لەگەڵ کەسدا ناخۆشی و جەنگی نییە، گەرچی ڕووداوە ناخۆشەکان لەکاتی گەیشتن بە ئامانجەکان وەستانێک دروست دەکەن، بەلام هەرگیز بە خودی ئامانجەکە زیان ناگەیەنن. **"نیچە"** فەیلەسووف و بیریاری گەورە ئەم بابەتە بەجوانی دەردەبڕێت: "دونیا نە دژی مرۆڤە و نە هاوڕێیە لەگەڵی، بەڵکو بێلایەنە. **ئەبراهام لینکولن** دەڵێت: "زۆربەی خۆشبەختی و بەدبەختی کەسەکان بەدەستی خۆیانە" بە بۆچوونی ئەو ڕووداوەکانی ژیان دەتوانن لە ئامەنجەکان دوورمان بخەنەوە بەلامئەگەر بۆ گەیشتن بە خواستەکانمان بڕیارپەدەر و پڕ لە باوەڕ بین، درەنگ یا زوو خۆشبەختی بۆ خۆمان دەهێنین.

٤– ویستن توانینە

"خواستن بە واتای حەزلێکردن، ئارەزووکردن، ئومێدەوار بوون نییە، بەڵکو بە واتای کارپێکردنە"

– پەندی ئینگلیزی–

نیچە لەکتێبی**"وەهای گوت زەردەشت"**دا دەڵێت: "ویستن توانینە" لەم کتێبەدا وێنەیەکی مرۆڤی بەرزتر دەدات بە دەستەوە کە هەموو ئیش و جووڵانەوەی بۆ ئامانجەکان بە سەرکەوتن کۆتایی دێت، بە بۆچوونی ئەو "تەنها فەرمانێک کە مرۆڤ دەبێت بێ ئەملا و ئەولا وەڵامی بداتەوە ، فەرمانێکە کە لە دەروونەوە ئاراستە دەکرێت و ئەوە بانگەوازی دەروونە کە لایەنی هەوڵ وئامانجەکان و بەواتایەکی تر "ئیرادە"ی ئەو مرۆڤە دەنەخشێنێت.

گەرچی باڵاتربوون و گرنگتربوون پاڵفتەی هزرەکانی **نیچەیە** و لە بارەی **(پایە بەرزتربوون)**ەوە وتەکانی نەهێناوەنەتە مەیدانەوە، بەڵام هەمیشە پەیامی هەوڵی ماندوو نەناسانە و تێکۆشان بووە لەڕەهەندی کامەرانی و خۆشگوزەرانیدا. بەبۆچوونی ئەو، بۆ سەرکەوتن لەژیاندا پێویستە بە هەموو بوونمانەوە بەشێوەیەکی داهێنەرانە لە گەڕاندا بین بۆ ئارەزووەکانی دڵمان و هەموو توانایی مێشکمان بۆ ئامانجەکانمان تەرخانبکەین.

بێگومان نیچە لەپێشەنگەکانی ئەندێشەی نوێیە و وتە کورتەکانی هەموو سەردێڕ و ناونیشانی کتێبەکانییان داگیرکردووە. لەنیوەی تەمەنیدا بینایی لەدەستدەدات و لەگەڵ زۆرێک لەنەخۆشییەکاندا دەستە و یەخە دەبێت. شەوان بێخەوی ڕووی تێدەکرد دووچاری سەرئێشەی سەخت دەبووەوە و لەبەرئەوەی هەرگیز هاوسەرگیری نەکردبوو، مرۆڤێکی هێندە خۆشبەخت نەبوو و بەکورتی هیچ کات بەخۆشگوزەرانی ئارامی نەگەیشت– نیچەی فەیلەسووف– دەروون ناسک بوو، کەم کەس هەبوو لەدوور ئەندێشی و توانای دەربڕین، هەروەها پایەبڵندی و سەربەخۆیی لەڕاکانیدا، هاوشانی بێت.نازناوی سەرکوتکەری ڕەشبینانی جیهانیان لێناوە، بەم حاڵە هیچ کاتێک دەستە وەستان ڕانەوەستا **"فرۆید"ی** دەروون ناس، لەبارەی نیچەوە دەڵێت: ((ئەو زیاتر لەهەر کەسێک کە تا ئێستا ژیاوە، یان چاوەڕێی دەکرێ لەداهاتوودا پێ بخاتە شانۆی ژیان ، بەقووڵی خۆی ناسیوە)). باگوێ لە یەکێک لەباسەکانیرادێرین: ((دنیا خراپە ئێمە بەزەبر دەژین، ئێستاکە ئەم زەبرە فەرمان ڕەوایی ژیانی ئێمەیە ناچارین لەناو دنیای

خراپەدا ژیان بگوزەرێنین، پێویستە زەبرمان خۆشبوێت، دەبێت بەڵێ وتن فێرببین بۆ زاڵبوون بەسەر کێشەکانماندا و خۆمان ئامادەکەین)). هەروەها دەڵێت: ((دەبێت هەر وەک پۆڵایەکی پتەو بین تا هەر کاتێک چەکوشی کارەسات بەرەو رووما هات، نەک تەنها لەناو نەچین بەڵکو بەدەنگێکی بڵندەوە پێبکەنین)) هەروەها ئەوکاتەی کە هێز و بەرگری دەگەیەنێتە چڵەپۆپەی کەماڵ، دەڵێت: ((رێگایەکی ژیان رێگای گوڵاوی نییە بەڵکو رێگایەکی درکاوییە، دەی دەبێت پێی بەهێزمان هەبێت تا بەئاسانی لەم درکانەدا گوزەربکەین)) هەروەها نیچە هەروەک سەربازێکی دلێر لەگەڵ نەهامەتی ژیاندا جەنگاو چەندین بەرهەمی زیندووی پێشکەش بەمرۆڤایەتی کردن پێکەوە چاو بەیەکێکی تر لەگوتەکانیدا دەخشێنین کە بانگهێشتمان دەکات بۆ کۆششی سەخت و پایەداری: ((ئەوشتەی من لەناو ئەبات، من بەهێزتر دەکات)): با وتەکانی بەدڵ بسپێرین بەڵکو لەکاتی تەنگانە و کێشەکاندا سوودی لێوەربگرین.

٥- نابێت بوونی نییە:

((گەورەی ژیان لە زانستدا نییە، لە کرداردایە))

- تۆماس هێنەر-

وتەکەی سەرەوە لە وتەکانی **ناپلیۆنە**. ئەگەر نابێت بوونی نەبێت، کەواتە هەموو کارێک دەتوانرێت بە ئەنجام بگەیەنرێت بەم پێیە بۆچی هەندێ کەس لە کارەکانیاندا سەرکەوتوونین؟. نەبوونی سەرکەوتنیان لەبەر دوو هۆیە: یەکەم، لە وەڵامی بەرپرسیارێتی هەل و پێشهاتەکاندا بەرگری و ئارامگری لەخۆنیشان نادەن و لەئەنجامدانی کارەکاندا کەمتەرخەمی دەکەن.

دووەم، رێ و شێوازی هەڵبژاردنەکان نادروست بووە، بە واتایەکی تر، لەجێی هەڵسەنگاندنی هەمەلایەنە و وردەکاری و فەراهەمهێنانی پێداویستی گونجاو بۆ ئەنجامدانی، خێرا هاتوونەتە ناو کارەکەوە، بڕیاردان بۆ دەست بەکاربوون خۆی لەخۆیدا هەنگاوێکی ئەرێنییە، بەڵام ئەگەر دووربێت لە خوێندنەوە و راوێژکردن، بە ئەنجامی دڵخوازی خۆمان ناگەین. کاری بێ خوێندنەوە لەوانەیە لەسەرەتادا بە چاکی بەرەوپێش بڕوات بەڵام کاتێ کە رووبەڕوی بن بەستێک دەبنەوە، بەو پێیەی لەپێشتردا چارەسەرێکمان بۆ کێشە

چاوەڕوانکراوەکان دانەناوە، دڵسارد و نائومێد دەبین و خودی ئامانجەکە تاوانبار دەکەین و لە کۆتایدا فەرامۆشی دەکەین. خاڵی ئەرێنی وتەکەی ناپلیۆن، لایەنی تەلقینی شاراوەی تێدایە کە ئامۆژگاریمان دەکات لەکارەکاندا هەڵەشەنەبین و نەترسین، بەڵام لە هەمان کاتدا ئاگادارمان دەکاتەوە لە کاری هەڵنەسەنگێنراو و نەخوێنراوە. ئەگەر یادەوەرییەکانی ناپلیۆن بخوێنینەوە. تێدەگەین کە ئەو پێش جێبەجێکردنی ئامانجەکانی چەندین کاتژمێر یان چەندین رۆژ بیری دەکردەوە دوای هەڵسەنگاندنی کار و بیر و بۆچوونەکان و دۆزینەوەی رێگەچارەی گونجاو، دەست بەکاردەبوو. لای ناپلیۆن **ناتوانم و نازانم و نابێت قێزەوەن** بوون هەمیشە لە وەڵامی ئەو کەسانەی ئەم وشانەیان لەسەر زمان بوون، دەیگوت: ((بتەوێ، فێرببە، تاقیبکەرەوە))

ئەم وتەیەشی شایەنی گوێ لێگرتنە: ((من دەستم لەهەرکارێک دەدا سەردەکەوتم، چونکە بەدەستهێنانی سەرکەوتنم ئیرادە کردبوو. هەرگیز لەهیچ کارێکدا وە درەنگ نەکەوتووم وئەمەش وای کردووە کەهەمیشە سەرکەوتووبم)).

دکتۆر دایر چی دەڵێت؟

((دەست بەدەست کردن لەوانەیە مرۆڤ لەشەقامدا سەرگەردان بکات و جگەلەماڵەوە بۆ هیچ شوێنکی تر رێنمایی ناکات))

- میگویل دی سیرڤانتس-

دکتۆر دایر دەروونناسێکی بەناوبانگە و کتێبەکانی لەسەرتاسەری جیهاندا لایەنگری زۆریان هەیە. چەندین نموونە لە کتێبەکانی هەن کە بۆ من زۆر سوودبەخش و فێرکەربووە و هەوڵدەدەم لەشوێنی گونجاودا ئاماژە بەو رێنماییانە بکەم. لە کتێبی **چۆن کەسێتییەکی تەندروستتر پەیدا بکەین** دەڵێت: ((من هەرکارێکم ویستبێت. ئەنجامم داوە)). چ قسەیەکی بێ واتا !ئایا شتی وا دەگونجێت؟ خۆشبەختانە بەخوێندنەوەی کتێبەکەی بۆمان دەردەکەوێت کە وتەکەی بەو جۆرەش. لەخۆهەڵکێشانەوە نزیک نییە.

به بۆچونی ئەو بەڵێ وتن بۆ هەرکارێک سەرەتا واتای ئەنجامدانی نیوەیەتی و گەشبینی لە پلەی بڕیارداندایە و پەیداکردنی وزەیەکی نوێشە بۆ چارەسەری ئەو کێشانەی کە ئەگەری بوونیان هەیە. لەشوێنێکی تردا دەڵێت: ((من لەڕێی ئیرادەوە توانیومە نەخۆشی جەستەیی وەک ماندوویی و سەرماڵێدان و چەندانی تر چارەسەربکەم)). د.دایر مرۆڤە ماندوو نەناس و بەرگریکار و بڕیاردەر و ئەندێشە پتەوەکان ستایش دەکات و لەکۆتاییدا دەڵێت: ((ئەگەر بۆچارەسەری هەرکێشەیەک ڕێگا بەترس بدەین بچێتە دڵمانەوە. بمانەوێت یان نەمانەوێت نائومێدی و بێهیوایی ڕێگر دەبێت لەجێبەجێکردنی ئەوکارەدا)) لەوانەیە ئەم وتەیەی د.(دایر) تان لە زمانی خەڵکی ترەوە بیستبێت: ((زۆربەی خەڵکان لەهێزی مێشکیان ئاگادار نین)). گەڕانەوە بۆتوانا دەروونی و مێشکییەکان، هاندەرمان دەبێت لەئەنجامدانی کاری زیاتردا. ئەگەر دەتەوێت لە چاکترینەکان بیت، هەمیشە دەبێت ماندوو نەناسانە هەوڵبدەیت. کەم کەس هەیە کە بەهەوڵ و کۆشش بەلایەنی کەمەوە چەند هەنگاوێکی سەرکەوتنی نەبڕیبێت.

((داوەر)) چی دەڵێت:

((ئەو کارە بچووکەی کە ئەنجامدراوە، زۆر باشترە
لەو کارە گەورەیەی کە هێشتا تەرحەکەی دانەڕێژراوە))
؟
((کارەکانتان دەستپێبکەن ، توانایی ئەنجامدانی
بەدوایدا دێت))

-ڕالف ئیمێرسۆن-

((داوەر)) وەزیری داد و دارایی بووە لەحکوومەتی(ڕزا شا) لە ئێران وتەیەکی بەناوبانگی هەیە کە ئەمەیە ((کار دەستپێبکەن کێشەکان وردە وردە لەکاتی ئەنجامدانیدا دەپووکێنەوە)) ئەگەر بە هەڵەدا نەچین، مەبەستی داوەر لەم وتەیە هاندانی شەهامەت و ئازایەتییە لەئەنجامدانی کارەکاندا بەبۆچوونی ئەو کێشەکان نابێت ڕێگری دەستپێکردنی

کارەکان بن.ئەگەر لەئەنجامدانی کاردا ئیرادەیەکی پتەومان هەبێت و بەدروستی لەئامانجی خۆمان دڵنیا بین، سەرکەوتوو دەبین.

کامەرانی و سەرکەوتنی ئەمڕۆ، هەوڵ و کۆششی دوێنێیە. **ئەو کاتەی کەهەمووان وازیان لەکۆشش و جموجوڵ هێناوە ، باشترە تۆ دەستپێکەر بیت.**

٦- کــــاری گەورە:

((ئەگەر کارەکان دابەشبکەین بەسەر چەند بەشێکی
بچووکدا، بەشەکانیش یەکە بە یەکە ئەنجام بدەین.
هەرگیز کارەکە بەگەورە و سەخت نایەتە بەرچاو))

- هێنری فۆرد-

((ڕێگایەکی هەزار کیلۆمەتری، هەنگاوبەهەنگاو دەبڕدرێت))

- پەندێکی ژاپۆنی-

چاکترین شێوازی ئەنجامدانی کارەگەورە و بەڕووکەش نەگونجاوەکان دابەشکردنیانە بۆ چەند بەشێکی بچووک. سەرقاڵبوون بەم کارەبچووکانەوە لە کۆتاییدا دەمانبەنەوە بەردەم ئەنجامدانی کارەگەورەکە. **هنری فۆرد** ئەم شێوازەی وەک ڕێگا چارەیەکی سوودمەند و عەمەلی داناوە.بەوتەی چینییەکان ئەوپیاوەی کەکێوێکی لەناو برد. ئەوکەسەبوو کەسەرەتا لەبەردە بچووکەکانەوە دەستیپێکرد)). بۆ نموونە، بواری پزیشکی دەخەینە پێش چاو، لەوانەیە خوێندن لەم بوارەدا زۆر قورس بێت. بەڵام ئەگەر لەناخەوە پزیشک بوونت هەڵبژاردبێت دەبێت دوور لە هەر دڵەڕاوکێ و نیگەرانییەک بیر لەدەستبەکاربوون بکەیتەوە و قۆناغەکانی تر پشتگوێ بخەین. دڵنیابن کەبڕینی هەنگاو بە هەنگاوی ڕێڕەوی ئامانجەکان کێشەکانمان بۆ دەستەمۆ دەکات.. **تۆماس هۆکسلی** دەڵێت: ((بۆسەرکەوتن بەسەر پەیژەدا دەبێت سەرەتا پێ لەسەر پلەی یەکەم دابنێین و پاشتر وردە وردە سەرکەوین)). سوود وەرگرتن لەپەیژە هەموو کەس پێی ئاشنایە، دەربارەی کارەکانی دیکەش دەبێت بەم شێوەیە ڕفتاربکەین. ئێستابا بزانین بۆ پراکتیزەکردنی پێشنیاری هۆکسلی دەبێت چیبکەین: گریمان کە تۆ لەتەواوکردنی پۆلی چوارەمی ئامادەییەوە خوێندنت واز لێهێناوە و ئێستا

دەتەوێت دووبارە دەست بە خوێندن بکەیتەوە، دەبێت چیبکەیت؟ بێگومان سەرەتا دبێت هەوڵ ورەنجت بۆ تەواوکردنی ئامانجی ماوە کورت بێت، واتە تەواوکردنی پۆلی پێنجەمی ئامادەیی. دوای سەرکەتن لەم قۆناغەدا بەئومێدی زیاترەوە خۆت بۆقۆناغێکی چارەنووس ساز واتە شەشەمی ئامادەیی ئامادە دەکەیت. خوێندن لەکاتی تەمەن زۆریدا، بەتایبەت ئەگەر سەرقاڵی کار و ژیانی رۆژانەبیت هەروا ئاسان نییە، بەڵامبەهاوئاهەنگ کردنی هەمووتوانا دەروونی و جەستەیەکانت لەرەهەندی دەستگیربوونی ئامانجدا، لەچارەسەرکردنی کێشەکاندا یارمەتی دەر و لەسەرکەوتنیشدا هاوکارمان دەبن.

٧- چڕکردنەوەی هەموو تواناکان لەیەک خاڵدا:

((سەرکەوتنمان لەبەردەوام بوونماندایە))

- **کازم زادە ئیرانشهر**-

ئایا تاوەکو ئێستا بیرت لەوە کردۆتەوە وردبین (زەرەبین) بۆچی کاغەز دەسوتێنێت؟ زۆر ئاسانە، وردبین تیشکی خۆر رادەکێشێت و بەهۆی پێکهاتەکەیەوە (هاوێنەکەیەوە) تیشک چردەکاتەوە بۆ یەک خاڵ، بەڵامپەنجەرەی ژوورەکان، لەگەڵ ئەوەشد تیشکی هەتاوی یان پێدا تێپەردەبێت، بەڵام پارچەکاغەز ناسوتێنێت. جیاوازی لەمەدا ئەوەیە کەشووشەی پەنجەرە توانای چڕکردنەوەی ئەو وزەیەی نییە و تیشکی هەتاو بەهەمان شێوە وەریگرتوە، دەیگوێزێتەوە.

باشە، ئەم نموونەیە پەیوەندی هەیە بە بابەتەکەمانەوە؟ کەمێک رابوەستن هەتاوەکو شیکاریبکەم. کاتێک کە لە خولەکانی کونکوردا ناومان نوسیوە، دەبێت کاتەکانی سەیرکردنی تەلەفزیۆن، وەرزش وسەیران وپیاسە و هاتوچۆناپێویستەکان وەلابنێین، لەگەڵ هاورێ تێکۆشەر و زیرەکەکاندا تێکەڵ ببین، کاتەکانی خۆمان بۆ خوێندنەوەی کتێبەکانی ئەو قۆناغە تەرخان بکەین و لەکۆتایدا ئەو رێگایانە تاقیبکەینەوە کە ئامانجەکانمان بۆهەموار دەکەن. سەیرکردنی یارییەکی تۆپی پێ لەیاریگاکاندا خۆشە، چوونە دەرەوە لەگەڵ هاورێکانتدا خۆشترە، بەڵام تۆ بریارتداوە ئامانجەکەت لە کاتی دیاریکراودا وەدەستبخەیت، دەبێت هەروەک وردبین هەموو تواناتان لەیەک خاڵدا چربکەنەوە. بێگومان

ناڵێین هەموو جۆرە سەرگەرمی وهاتوچۆکانتان لە ناوببەن. بە پێچەوانەوە، دوای شەش رۆژ کاری بەردەوام و بە بەرهەم، سوود وەرگرتن لە هەوایەکی پاکی سەیرانگاکان یان هەستان بەو وەرزشەی کەحەزتان لێیە، ناخ و دەروونتان بۆبەردەوام بوون بەهێزتر دەکات. **سەخت هەوڵدان بەواتای ئەوە نییە کەدێوانە ئاسا بەدوای ئامانجێکەوە بن، دەبێت هەوڵبدەن بەرێکخستن وپلەبەندی لە گرنگی کارەکان زیادبکەن "ئێپکورییەکان"*** لەو باوەڕەدان ((بۆگەیشتن بەخۆشییەکی گەورە دەبێت لەخۆشییە بچووکەکان دوورە پەرێزی بکەین)) بە واتایەکی تر، بۆگەیشتن بەخۆشییەکی گەورە دەبێت زۆرێک لە رەنج وئازاری بچووک بچێژین و بزانین **کە لە ناکاو دا رەنجەکان بەگەنجینەکان ناگەن.**

٨- **((نەست))** ((unconscious)):

((ئەوە هێزی خەیاڵ کردنە کەکارەبای ئەم شارەی بەدیهێناوە))

- **تیلۆر**-

لە لاپەڕەکانی رابردوودا وتمان **دەستنیشانکردنی** ئامانج پێویستی بەکۆکردنەوەی تەواوی زانیارییەکانە و سپاردنیانە بەمێشک. لێکۆڵینەوەی دانە بە دانەی بابەتەکان،هەروەها راوێژکردن بەکەسانی بەئاگا و شارەزا. بۆزانیاری زیاتر لەکاردانەوەکانی مێشک پێویستە کاریگەری موعجیزە ئاسایی **"نەستیان"** یان **دەروونی ناوەکی** فەرامۆش نەکەین. بەم جۆرە لەشێوازی سپاردنی بابەتەکان بەمێشک زیاتر ئاشنا دەبین.

بەداخەوە چۆنیەتی کارکردنی دەروونی نەست لای زۆربەمان رۆشن نییە و تەنها هەندێک لەکەسەکان و لەکاتی تەنگانەدا لە دەروونی ناوەکی خۆیان داوای کۆمەک دەکەن. ئەمرۆ لەبارەی ئەم دەروونەوە و رۆلی لەژیاندا سەدان کتێب نووسراون کەهەموویان لەیەک وتەدا هاوەدنگن. **ئارەزوو ئامانجەکانتان بەدەروونی ناوەکیتان بسپێرن تا بە وردی لەسەری یان کاربکات و ئەنجامی دروستتان بۆ رەوانەبکات.**

د. ماکسوێڵ ماڵتز لەکتێبی دەروونناسی وێنەی مێشک یان زانستی کۆنترۆڵی ژێریدا دەڵێت: ((مێشک و کۆئەندامی دەماری مرۆڤ خاوەنی میکانیزمی گەڕانە بەدوای ئامانجدا

بەشێوەیەکی ئۆتۆماتیکی بۆ گەیشتن بەئامانجێکی تایبەت، وەک مووشەکێک کە بەرەو ئامانجەکەی دەڕوات، ئیشدەکات)) بەواتایەکی تر، مێشک هێندە لەسەر ئامانجەکە خۆی چڕدەکاتەوە تاسەرەنجام بەوەڵامێکی گونجاو دەگات.

سپاردنی ئارەزوو خواستەکان بەدەروونی ناوەکی و داوای ڕێگەچارە کردن لێی، ئەگەر بکرێت بەخوویەکی رۆژانە، لەچارەسەر کردنی کێشەکاندا یارمەتییەکی کاریگەرمان دەدات.

ئێمە هەموومان لە تواناماندا هەیە ببین بەکەسێکی بلیمەت، بەمەرجێک توانای سوودوەرگرتنمان لە ئەندێشەی بەدیهێنەری خۆمان هەبێت. دکتۆر جۆزێف مورەی لە کتێبی هێزی بیردا دەڵێت: ((دەروونی، ناوەکی ئایدیا، و بیروباوەڕ و بۆچوونی بەتین دەگرێتە باوەش)). با ئیرادەتان هەبێت و ڕێگەی دەروونی ناوەکیتان بدەن خێوەتگەی ئامانج و هیوا و خواستەکانتان بێت.

دەروونی ناوەکی وەک ئەندامەکانی تری لەش ناخەوێت و هەمیشە بێدار و چالاکە. لەبەرئەوە، بەبیر و بۆچوونە ئەرێنی و نەرێنییەکانتان، بتانەوێت یاخود نەتانەوێت دەچێتە دەروونی ناوەکی و لەوێدا دەخرێتە ژێر چاودێری وردەوە. بێگومان بە بەکارهێنانی ((ئیرادە)) بیروبۆچونە ئەرێنی و دروستکەرەکان ڕووەو دەرونی ناوەکی ڕەوانەبکەن، چونکە بیر و بۆچوونی نەرێنی و ڕوخێنەر چەند وەڵامێکی دڵتەزێنی یان لەدواوەیە. ئەم پەندە فارسییە ئەمە زیاتر ڕووندەکاتەوە ((لەوەی کەترسام بەسەرم هات)) دەروونی ناوەکی بەخواستە دەروونییەکانمان ئەرێنی بێت یان نەرێنی، وەڵام دەداتەوە لەئەنجامدا، ئەگەر لەبابەتێک بترسن و هەمیشە دووبارەی بکەنەوە، مێشک خۆنەویستانە ئەوە وەڵام دەداتەوە کە هەمیشە دووبارەی دەکەنەوە.

مەولانای ڕۆمی چەندین سەدە لەمەو بەر وتوویەتی

ئەی برادەر گەر تۆ هەر ئەم ئەندێشەی جگە لەمە تۆ ئێسک و ڕەگ و ڕیشەی
گەر گوڵ بیت ئەندێشەی تۆ گوڵ وەشێنی وە ئەگەر دڕک بیت ئەندێشە دڕک وەشێنی

بە وتەی **ئیدمۆند سپێنسەر**: ((ئەوە هزرەکانمانن کەئێمە شاد یان ناشاد، دەوڵەمەند یان هەژار، خۆشبەخت یان بەد بەخت دەکەن)).

هەرگیز مێشکمان بەبیر و بۆچوونی ئەوەی کە من ناتوانم بگۆڕم، هەربەم جۆرە هاتوومەتە دنیاوە، ژیانم بەم وشانە ناگۆڕدرێت، یان بارودۆخی من لەگەڵ کەسانی تردا جیاوازی هەیە، ئاڵوودە مەکەن، چونکە ئەندێشەی ئەرێنی هەمیشە بەئەنجامی ئەرێنی کۆتای دێت. هەوڵبدەن ژیان لە کلاورۆژنەیەکی دیکەوە ببینن هەتا وەڵامێکی نوێ و هیوابەخشتان چنگ بکەوێت. **خۆتان لەشەڕی بیری نەرێنی هزرە بێ ئومێدکەرەکان دوورخەنەوە.** تەنها لەم بارەدا دەتوانن ئارەزووە دووردرێژەکانتان بهێننە بوون. بابەتێکی گرنگ کەهەمیشە دەبێت لەیادماندا بێت، ئامۆژگاری ماکسوێل ماڵتزە: دەڵێت ((هەوڵبدە لەیەک ساتدا تەنها یەک بابەت بەمێشکتان بسپێرن)). بەم جۆرە لەهەرساتێکدا تەواوی ئاگایتان بۆ یەک کار چڕبکەنەوە و ئەوانی تر بە شێوەیەکی کاتی وەلا بخەن. پاش چارەسەرکردنی کێشەیەک، خواستێکی تر بەرەو مێشک رەوانە بکەن و چاوەڕێی ڕێگە چارە بن.

باسکردن لە دەروونی ناوەکی شێوازی کاردانەوەکانی زۆر فراوانە و لەم کورتە باسەدا جێ نابێتەوە. لێرەدا ئاماژەمان بە لایەنە گرنگەکانی کرد هەتاوەکو ئاشنای یەکێکی تر لە هۆکارەکانی سەرکەوتن بین.بۆ زانیاری زیاتر ڕووبکەنە ئەو کتێبانەی کە لەم بوارەدا نوسراون*.

شایەنی باسە کە سوود وەرگرتن لە دەروونی ناوەکی لە رۆژگارە سەرەتاییەکاندا زۆر سەخت و دژوار بووە بەلام ئەمڕۆ گۆڕاوە بۆخوونەریتێکی رۆژانە.

* ١- دەروونناسی وێنەی مێشک (ماکسوێل مالتز) ٢- خۆگەشە دارکردن ((ماکسوێل مالتز)) ٣- هێزی بیر (جۆزێف مۆرفی) ٤- دەرونزانی دەروونی بێ ئاگا لەخۆ (کارل گۆستاف یونگ).

کورتەی بەشی سێیەم

* دەبێت بیر لە ئامانجە سەرەتاییەکان بکەینەوە و بۆگەیشتن پێی یان دەبێ بێ وەستان کۆشش بکەین. هەمووومان دەتوانین لە ((باشترین))ەکان بین بەمەرجێک بە تەواوی هەستمانەوە بمانەوێت ئەم خواستە دەروونییە هەمیشە دوو پات بکەینەوە.

* ئەگەر لە کارەکانماندا کەم تەرخەم بین، بێ تواناترین کەسە بریاردەر و بە ئیرادەکان پێشمان دەکەون.

* دەبێت زۆرترین سوود لە مێشکمان وەرگرین و لەگەڵ بەرگری سەخت و تێکۆشان، رێکخستن و وردی و ئارامگریدا پەیمانێکی هەتا هەتایی ببەستین.

* بە بۆچوونی فەیلەسووفەکان ((بەڵێ)) گوتن بە هەوڵ و کۆشش ((ناگونجێ و نابێت))ەکان دەگونجێنن و دەیگۆڕن و ((خواستەکان)) دەگۆڕن بە ((توانینەکان)).

* کاری گەورە بوونی نییە، بە مەرجێک دابەشیبکەین بۆ چەند کارێکی بچووک

* ترسمان لە ئەنجامی هەر کارێک نەبێت و بە هەڵبژاردنی رێ و شێوازێکی دروست و بە بەرگری و ئارامگری هەموو کارێک ئەگەری گونجانی هەیە

* هەر وەک وردبین ((زەڕەبین)) تواناکانمان لە یەک خاڵدا چڕ بکەینەوە

* ئارەزوو و ئامانجەکان بە دەروونی ناوەکی بسپێرن تا بە وردی لە سەری یان کاربکات ئەنجامی ڕاستمان بۆ ڕەوانە بکات و هەرگیز مێشکی خۆتان بە بیر و بۆچوونی ((من توانای گۆڕانم نییە))، ((من هەر بەم جۆرە لە دایک بووم))، ((ژیان بەم وشانە ناگۆڕێت))، یان ((بارودۆخی من لە گەڵ کەسانی تردا جیاوازە)). ئاڵوودە مەکەن. ئەندێشەی باش ئەنجامی باشی دەبێت.

..بەشی چوارەم

ژیاننامە

"مامۆستایەکی سادە"

((مرۆڤی خۆشبەخت ئەو کەسەیە کە لە هەر هەڵەیەک ئەزموونێک وەربگرێت)).

-سوقرات-

دوای چەند ساڵێکی رەبەنی کەوتمە ژێر رووداوێکی چاوەڕوان نەکراوی هاوسەرگیرییەوە. خێزانی ئەو کچەی خوازبێنیم کرد، بە پێچەوانەی خانەوادەی منەوە ,زۆر گرنگییان بە خوێندن و بروانامە نەدەدا، پلە و پایەی خوێندنیان زۆر بە لاوە گرنگ نەبوو .ماوەیەک لە ژن هێنانم بە سەر چوو بوو لە ناکاو باری ژیانم سەخت بوو، بۆم روون بووەوە کە ٧٢٠ تمەن مووچە بەشی ژیانی رۆژانەمان ناکات. پیویست بوو هەوڵی زیاتر بدەم لە بیری بەرنامەی تازەدا بم. ئەو کات ٢٧ ساڵم بوو ماوەی ١٠ ساڵ تێپەڕی بوو لە وەرگرتنی کۆتا بروانامەی خوێندنم*.

بەو رووداوەی کە هاتبووە پێش و هەموو شتێکی لە یادم بردبووەوە و ,لەو رووەوەی کە بیرم دەکردەوە بۆ تەواوکردن و بەردەوام بوون لە خوێندن چی دی دێرە، بریارمدا کارێکی تر بدۆزمەوە، لەم کارەشدا نزیکەی ٥٠٠ تمەنم بۆ دەمایەوە، بەڵام ئەمەش دەردەکانی دەرمان نەکردم. دەرگیری ئەم جۆرە بیرانە بووم کە کتێبی **کورتە رێی سەرکەوتن****م بەرچاو کەوت. خوێندنەوەی ئەم کتێبە کاریگەری زۆری لە سەرم بە جێهێشت و بەسوودوەرگرتن لە رێنمایی و پێشنیازەکانی، توانیم باردۆخی ژیانم بەڕوویەکی

پەسەنددابخەم بیگۆڕم و لەڕێڕەوی پێشکەوتندا هەنگاوی فراوان بنێم. گرنگترین خاڵ کەلەم کتێبەدا فێربووم ئەوەبوو کەهیچ کاتێک بۆبڕیاردان درەنگ نییە.

هیچ کاتێک درەنگ نییە

((ژیان واتە سەرکەوتن و سەر بڵندی ,نەوەک بەرەو خوارهاتن. کەسێک بەرەو خوار بێت، ژیانی دەدۆڕێنێت، ئەوەي بەرەو سەرەوە دەڕوات، ژیان پڕجموجوڵ و چالاکتر دەکات))

داستانەکە بەم شێوەیە. پیاوێکی ٤٢ ساڵە ویستی ببێتە پزیشک، بەڵام بەوەی کە دوودڵ بوو، بابەتەکەی لەگەڵ هاورێیەکیدا باسکرد. پرسیاری لە هاورێکە کرد هاورێیەکەی پرسیاریکرد: بۆبوون بەپزیشک دەبێت چەند ساڵ بخوێنیت؟ وتی ٧ ساڵ. پرسیاریکرد ئەو کاتە تەمەنت دەبێتەچەند؟ وتی: بێگومان ٤٩ساڵ: پرسیاریکرد: ئەگەر ئێستا نەخوێنی، دەبیت بەچەند ساڵ؟ بەخەندەوە وەڵامی دایەوە: هەر٤٩ ساڵ. دواجار هاورێیەکەی گوتی: بەڵام جیاوازیان ئەوەیە لەئەگەری یەکەمدا پزیشکێکی ٤٩ساڵە دەبێت و لە ئەگەری دووەمدا هیچ!

چیرۆکێکی بەپەند بوو، بەو پێیەی منیش بیری تەواوکردنی خوێندنم هەبوو، کاریگەری لەسەرم هەبوو. خوێندنەوەی ئەم چیرۆکە متمانە بەخۆبوونی لەبریارەکانماندا زۆر بەتینکرد. گرنگ ئەوەبوو کەدوا جار دەست بدەمە کارێک و لەجۆری کار و لە شێوەی بەئەنجام گەیاندنی بیرنەکەمەوە. ئەم هزرە حەز و پەرۆشییەکی لەمندا دروستکرد و بووە هۆی بە ئومێدبوونم .لەخۆمەوە ئەو وتەیەی **ناپلیۆنم** یاد کەوتەوە کە دەڵێت: **ناگونجێت و نابێت بوونی نییە**، هەروەها وتەیەکی (**پابلۆکازاس**)یشم هاتەوە یاد کە دەڵێت: ((هەموو رۆژێک هەستدەکەم کە تازە هاتوومەتە دونیاوە و دەبێت ژیانی نوێ دەستپێبکەم)).

....

پێش هاوسەرگیری چەند کتێبێکم خوێندبوونەوە دەربارەی دەروونناسی و سەبارەت بە (خۆ هەڵسەنگاندن)* چەند زانیارییەکی بەسوودم وەرگرتبوون، ئەمەش بەفریام گەیشت. ڕاڤە و لێکۆڵینەوەی ئەم خوێندنەوانەشم دوای تەواوکردنی خوێندنیشم هەر بەردەوام بوو و بوو بە هۆی دروستبوونم. ئێوەش بەکەمێک قووڵ بوونەوە لەوەی کە دەیخوێننەوە، بەو ئەنجامە دەگەن کە هیچ کاتێک بۆ دەرکەوتنی توانا دەروونییەکانمان دێرنییە هەمیشە دەتوانیت لەسفرەوە دەستپێبکرێت. دوای دڵنیابوون لەوەی کە بە هەنگاوێکی بە ئیرادە و بەباوەڕ، هەموو کارێکی ئەستەم دێتە بوون، دەستبەکاربووم ئەمەش ئەو ئەنجامانەن کە بەدەستمهێنان.

دادوەری دادگا

((بیروهزری بڵند هەروەک درەختی بڵند وایە کە ڕەگ و ڕیشەکەی لە گوڵدانێکی بچووکدا ناتوانرێت پەروەردە بکرێت))

- پەندێکی ئینگلیزی-

بیری بوون بەدادوەر هەمیشە لە مێشکمدا بوو. بەڵام هەمووکاتێک ڕێگرێک هەبوو لە دەرکەوتنی ئەمەدا .لەوکاتانەدا دووبارە ئەم بیرە بەرۆکی گرتمەوە پاش لێکولینەوەی زۆر بڕیارمدا کە ئارەزووی دێرینی خۆم جێبەجێبکەم. بەداخەوە سەرەتایەکی ئاسان نەبوو، چونکە ناهەمواری زۆرم هەبوون. لەلایەکەوە خێزانداربووم و خەریکی کاروباری خانەوادە و لەلایەکی دیکەشەوە بەرپرسی دابینکردنی بژێوی خێزانم بووم. جگە لەمانەش چەند کاتژمێرێک خەریکی وانە وتنەوە بووم. گرنگ تر لەهەموو ئەمانە: بە ١٠ساڵ دابڕان لەخوێندن زۆرشتم لەیاد چووبوو کەم توانایشم لەوانە خوێندندا هۆکارێکیتربوو.

---

* لە ساڵانی ڕابوردوودا کە پۆلی ١١ (پێنجەمی ئامادەیی)م تەواو دەکرد دەتوانرا بۆ وەرگرتنی بڕوانامەی دیپلۆم لە بوارەکانی ئەدەبی و ماتماتیک بەشداریبکات پاشان وەک مامۆستا دابمەزرێت



بەهەبوونی هەموو ئەوکێشانە. بابەتەکەم لەگەڵ هاوسەرەکەمدا باسکرد ئەویش هانیدام بۆ دابینکردنی ئەو کارە و بەڵێنیدا هاوڕێ و پشتیوانم بێت. ئەم وتانە ئارامییەکی زۆری یان بەمن بەخشی و کارەکەم هەر **لەهەمان ڕۆژدا** دەستپێکرد. نزیکی سەرەتای بەهاربوو کە بڕیارمدا ناوبنووسم بۆ وەرگرتنی بڕوانامەوی (دیپلۆم)**، بەداخەوە ناونووسین بۆدەرەکییەکان تەواو بووبوو، هەرچۆنبێت بەزەحمەتێکی زۆر ناوم نووسی. لەگەڵ سەرەڕای ئەوەی کە تەنها سێ مانگی بۆتاقی کردنەوەکان مابوو. لەبڕیاری خۆم پاشگەز نەبوومەوە لەبەردووهۆکار :یەکەم لام وابوو لەو سێمانگەدا هەندێک لەوانەکان تەواو دەکەم .دووەم ئاشنا بوون بەپرسیارەکان لەخودی خۆیاندا ئەزموونێکی باش دەبن بۆ ساڵی ئایندە و ئامادەییەکی زۆرترم دەبێت بۆ تاقیکردنەوەکان.

کاری ئەمڕۆ مەخەرە سبەی:

((ئەوکارەی کە ئەمڕۆ دەتوانن ئەنجامی بدەن سبەینێ دامەنێن، ئەمڕۆشمان سبەینێیە کە دوێنێ چاوەڕوانی بوون))

-مارک تواین-

دەگونجێت کەسێکی زرنگ بیت و بتەوێت لەئەنجامی بڕیارەکانت ئاگاداربیت، بەڵام پێش ئەمە یارمەتی بدە بایێکەوە لەبابەتێکی زۆر گرنگ بکۆڵینەوە.

....

* بۆ زانیاری زیاتر کتێبی (خۆهەلسەنگاندن)ی **کارن هۆرنای** بخوێنەوە .

** سیستەمی خوێندن لە ئێراندا بە دەرچوون لە پۆلی ١٢ واتە (شەشەمی ئامادەیی) بڕوانامەی دیپلۆم وەردەگریت لەو بوارەی کە پێشتر هەڵت بژاردووە. بۆ چوونە نێو زانکۆ دەبێت لە تاقیکردنەوەیەکی تردا بەشداری بکەیت (تاقیکردنەوەی پێش زانکۆ) ی پێدەوترێت ئەگەر دەرچوویت دەچیتە تاقیکردنەوەیەکی سەرتاسەری کە پێی دەڵێن

** نووسینی ڕۆبەرت ئوریلی

(کۆنکور) بە دەرچوون لەمەدا دەتوانیت لە زانکۆ بخوێنیت لەو کۆلێژانەی کە پسپۆرییەکەت دەیگرێتەوە. ئەگەر لە کۆنکوردا دەرنەچیت ناچیتە زانکۆ، بەڵام بروانامەی دیپلۆمەکەت هەر دەمێنێت. (وەرگێڕ)

ڕاڤەی ڕستەی کاری ئەمڕۆ مەخەرە سبەی زۆر سادەیە و دوورە لەهەموو جۆرە گومانێکەوە، هەموومان واتا گرنگەکەی لە ژیاندا هەستپێدەکەین. بەڵام لە کرداردا ئەم ئامۆژگارییە ڕەچاو ناکەین و هەمیشە کارەکان دوادەخەین. هۆی ئەمە چییە؟ چ هۆکارێک دەبێتە هۆی دەستەوەستان لەبەردەم کارەکاندا؟ لەوانەیە ئەم ڕوونکردنەوەی خوارەوە تائەندازەیەک ڕۆشن کەرەوەی ئەم کێشەیە بێت، ئەو کێشەیەی کەهەموومان دەستەوەستانین لەبەردەمیدا.

زۆربەی کەسانی سەرنەکەوتوو ئەوانەن کە لەدەست بەکاربوون خۆیان گێل دەکەن و هەمیشە بەهانەی دێننەوە. ئەم بەهانانە ئەگەر لە ڕووکەشدا گونجاوبن بەڵام دوورە لەهەر بنچینە و بنەمایەک و لەدوودڵییەوە سەرچاوەدەگرن. بۆ نموونە ئەگەر سێشەمە بڕیارتدا کارێک بکەیت، دەیخەیتە ڕۆژی شەممەوە و دەڵێیت ڕۆژی شەممە سەرەتای هەفتەیە و دەڵێیت لەسەرەتای هەفتەوە دەستپێدەکەم. ئەم کارە هەربەم جۆرە درێژە دەکێشێت بۆدواخستنی کارەکان هەمیشە هۆ و هۆکاری بەڕووکەش قایلکەریان پێیە. دواجار پاش ئەم بەهانە تاشینانە ئەو بڕیارە جۆراوجۆرانەی کەدەیانەوێت بۆدەست بەکاربوون بیهێننەوە. ڕوداوێکی چاوەڕوان نەکراوی وەک کارەساتی ئوتومبێل، نەخۆشی، میوان یان ڕووداوی لەم جۆرەیە، ئیرادەکان دەلەرزێنێت و دیسان بەرپرسیاری لەخۆیان دووردەخەنەوە. ئێستا ئەگەر بە وردی بە دوای ئامانجەکاندا بگەڕین، دەبێت دوای خوێندنەوە و لێکۆڵینەوە و توێژینەوە و ڕاوێژخێرا و بێدواکەوتن دەستبەکاربین.

کاری سبەینێ ئەمڕۆ بەئەنجامی بگەیەنە:

ئیرادەی لاواز هەمیشە بەشێوەی قسە و گوفتار خۆی دەنوێنێت، بەڵام ئیرادەی بەهێز لە بەرگی کرداردا خۆی نیشاندەدات

-گوستاف لوبۆن-

لەجیهانی خێرایی و کێبەرکێی ئەوڕۆدا کەسانێ هەن کە نەک تەنها کاری ئێستەیان بەداهاتوو ناسپێرن، بەڵکو ژیانیان جۆرێک ڕێکو پێک و بەتەرتیبە کەکاری سبەینێش ئەمڕۆ ئەنجام دەدەن. ڕێگەم بدەن بۆ سەلماندنی ئەم بابەتەش نمونەیەکتان بۆ باس بکەم. بۆ نموونە بڕیارتداوە ڕۆژی چوارشەمە لەگەڵ دۆستێکت دیدارێکتان هەبێت و سەبارەت بەکێشەکانی نێوانیان باس بکەن. .بۆچی ئەگەر بکرێت ڕۆژێک زوو تر بۆ دیدارەکە ناچیت نەیخەیتە ڕۆژی سێشەمە؟ باشە، منیش ئەم شێوازەم بەکارهێناوە. کاری ساڵی ڕابردووم چەند مانگێک زووتر دەستپێکرد و خۆم بۆئامادەکردنی قۆناغی کۆتایی سازدا. هەروەک چاوەڕوان دەکرا دەرنەچووم بەڵام بەرهەمی ئەم هەوڵە، چنینەوەی ئەزموونێکی زۆر بوو. چونکە بڕیارم دابوو لەم کارەدا سەرکوتووبم، دانەنیشتم بۆبەشدار بوون لەتاقی کردنەوەی ساڵی داهاتوودا جارێکی تر دەستمکرد بەخوێندنەوەی کتێبەکان.

کارامەیی و هەوڵدان ڕزگاری کردم

((ئومێد بۆ ژیان ئەوەندە باڵ بۆ باڵندەکان گرنگی هەیە))

-ڤیکتۆر هۆگۆ-

بەرنامەی ڕۆژانەم بەم شێوەیە بوو: بۆ وەرگێڕان لەتاقیکردنەوەی شەشەمی ئامادەییدا چوومە خولێکی بەهێز کردنەوە و چەند کاتژمێرێکیش لەڕۆژێکدا خەریکی پیشەی مامۆستایی بووم و بۆ دەرهێنانی بژێوی ڕۆژانە کاری دووهەمیشم دەستپێکردبوو. گەرچی قەبارەی زۆری کارەکان لە ئەستۆمدا زۆر قورس بوون و بەرنامەیەکی زۆرم لە پێشدا بوو، بەڵام دواجار بە هەوڵ و کۆششی شەو و ڕۆژ توانیم بڕوانامەی دیپلۆم بە ڕێژەی ١٢.٥٨ وەربگرم*. هەرچەندە ئامادەییەکی زۆرم نەبوو بەڵام لە هەموو کۆنکورەکاندا بەشداریم کرد لەوانەش کۆنکوری کۆلێژی یاسا: بەڵام دەرنەچووم و لێرەدا هیچ سەرکەوتنێکم بەدەستنەهێنا. ئەم شکستە گەرچی ناڕەحەتی کردم، بەڵام دڵساردی نەکردمەوە. خێرا

* لە سیستەمی خوێندنی ئێراندا نمرەکان لەسەر ٢٠ دەبێت



بڕیارمدا خۆم بۆ ساڵی دواتر ئامادە بکەم، ئەم جارە لەجێی خولی بەهێزکردن چوومە خولی کۆنکورەوە، دووبارە لەبەشی یاسادا وەرنەگیرام، بەڵام لە کۆلێژێکی تردا پلەی سێهەمم بەدەستهێنا. شکستی دووبارەم زۆر خەمباری کردم بەڵام لە هەمان کاتدا بە هۆی ئومێدەوار بوونمەوە دڵنیابووم بە کەمێک کۆشش و گرنگیدان بە ئارەزووی دێرینەی خۆم واتە وەرگیران لە کۆلێژی یاسادا، دەگەم. لەو کۆلێژەی وەرگیرابووم ناوم نووسی، بەڵام بەو پێیەی ئامانجی کۆتاییم سەرکەوتن بوو لە بواری یاسادا، هەوڵدانم دەستپێکردەوە. بە داخەوە هێشتا دوو سێ مانگ تێپەڕی نەکردبوو کە وەزارەتی خوێندنی باڵا بڕیارێکی دەرکرد و ڕێگە نەدەدرا بەوانەی کە لە ٢٥ ساڵ تەمەنیان زیاتر بوو، بڕۆنە زانکۆی تاران چوونە زانکۆی میللیش پێویستی بە تێکڕای ١٣ هەبوو کە من ئەم مەرجەم تیادا نەبوو.

وادەردەکەوت هەموو دەرگاکان بە ڕوومدا داخرابن، چونکە پێش گەیشتن بە ئامانجی کۆتایی، بەبێ ئەوەی هیچ ڕۆڵێکم هەبێت لە نیوەی ڕێدا ڕاوەستێنرابووم. ئەگەر کەمێ، بەڵێ ئەگەر کەمێک بەهانەم بهێنایەتەوە، دەدۆڕام. بیروبۆچونی وەک **قیسمەت نەبوو،** یان من **چارەنووسێکی ترم هەبووە** بەس بوو بۆ لە دەستدانی ئیرادەم، بەتایبەتی کە لە کۆلێژێکی تر دەمخوێند و تێکڕای نمرەکانم لە ١٣ کەمتربوو. بەڵام ئەم ڕووداوە منی لە پێ نەخست. لەگەڵ خۆمدا بیرم کردەوە و وتم بێگومان ڕێگەیەکی تر هەیە کە بمگەیەنێتە ئامانجی سەرەکیم. پاش کەمێک وردبوونەوە گەیشتمە ئەو ئەنجامەی کە دەبێت هەموو شتێک دووبارە **سەر لەنوێ** دەستپێبکەمەوە و ئەم کۆلێژە وازلێبهێنم و بۆ وەرگرتنی بڕوانامەی دیپلۆمی وێژەیی بە تێکڕای نمرەیەکی باڵاتر، خۆم ئامادە بکەم. گەرچی بڕیارێکی **گرنگ** بوو و ئەگەری سەرنەکەوتنی زۆربوو، بەڵام نەیتوانی ڕێگری من بێت لەسەر لە نوێ دەستپێکردنەوەدا. دەگونجا ئەم پێشهاتە گەیشتن بە ئامانجەکەمی دوور بخستایەتەوە، بەڵام نەدەبوو لە سەر ڕێگەکەمدا کێشەیەک فەراهەمبێت. خێرا ڕستەی" ویستن توانینە"م بە خەتێکی گەورە لەسەر پەڕەیەک نووسی و لە شوێنێکدا دامنا بۆ ئەوەی هەمیشە بە بینینی لە بەردەوام بوونی کارەکەم پێداگرتر بم.

ساڵی دوایی سەرکەوتم و توانیم دیپلۆمەکەم بە تێکڕای ١٣.٨ وەربگرم و لەبەرئەوەی چوار ساڵ کۆششی بەردەوامم کرد و ئامادەییەکی زۆرم هەبوو، هەر ئەو ساڵە لە کۆلێژی یاسا وەرگیرام.

فڕین بەئاسمانـدا

ڕاستییەک زیاتر لەوە شک نابەم کەمرۆڤ دەتوانێت
بەهەوڵ و کۆشش ژیانی خۆی بەرزتر بکاتەوە

- هێنری تۆریو-

کاتێ ناوی خۆمم لە لیستی وەرگیراواندا دۆزییەوە لە کولێژی یاسا ,لەخۆشحالیدا بۆماڵەوە ڕامکرد و فرمێسکی شادیم لەهاوسەرەکەم نەشاردنەوە، کەئەویش ساڵی پار لەهەمان بواردا وەرگیرابوو، ئەویش زۆر خۆشحاڵ بوو گەرچی پارەی زۆرم پارەیەکی زۆرمان نەبوو بەڵام لەچیپشتخانەیەکی نزیک زانکۆ جەژنێکی بچووکمان ڕێکخست ئەورۆژە هەستێکی سەیرم هەبوو دەتگوت بەئاسمانەکاندا دەفرم،
بە ڕەنج هەوڵی تاڵی چوارساڵ دانم بەخۆداگرد سەرئەنجام بەشادی گەیشتم ئەگەرگەچی لە شادی و میوانی و سەرگەرمییەکان دوورە پەرێزیم کردبوو.

لە یادمە کە هاوسەرەکەم هەمیشە پاساوی بۆ ئامادە نەبوونەکانم دەهێنایەوە لە میوانی یەکاندا و دەیگوت کە لەسەفەردام، لە حاڵێکدا کە من هەندێ جار لە حەمام دا خۆم حەشاردابوو، دەرسم دەخوێند، شوێنێک کە کەمتر سەردانیان دەکرد هۆی ئەم خۆشی یە ئەو داهاتە نەبوو کەلەوانەبوو دوای چوار ساڵ خوێندن لەم بەشەدا دەستم دەکەوت. بەڵکو هەمووشیادی و خۆشی یەکەم بۆ ئەوە بوو کە توانیم ئاواتەکەم بهێنمەدی.

تەمەن زۆری، پەیداکردنی بژێوی خێزان، پیشەی تر و گەیشتن بە هاوسەر و منداڵ و کەم توانابیم، هەرکیز ڕێگری سەر ڕێیی ئامانجەکانم نەبوون، بەمەرجێک باوەڕبکەیت کە **نابێت و ناگونجێت، بوونی نییە.** هەموو یادەوەرییەکانی ڕابردووم وەک دیمەنەکانی فیلمێک لەبەر چاوم تێپەڕین. هەر وەک پەپوولەیەکی سەربەست بە بۆنی گوڵی بەهار کە بە شادمانی لە ئاسماندا دەفرێت، بە متمانە بەخۆبوونێکی بێ هاوتا و بە ئیرادەیەکی پۆڵاینەوە

هەنگاوم دەنان، چونکە بەشێکی گرنگ لە خەونەکانم هاتبوونەدی و ئەم سەرکەوتنە سەرەتای سەرکەوتنەکانی دیکەم بوو کە لەدوایدا لە هەمویان دەدوێم.

ئابراهام لینکۆلن

"لە هەمو کارەکاندا مەرجی سەرەکی هەبوونی ئیرادەیەکی بەهێزە، بە بوونی ئیرادەیەکی بەهێز هۆکارەکانی دی هێندە گرنگیان نییە"

– گوتی–

باشە، لەوانەیە بپرسن کە بۆچی دوای چەند جار لە دەرنەچوون و گەڕانەوە ,بەو توانا کەمەی کە هەمبوو، هەروەها بە بوونی گرفتاری پیشەیی، دارایی، ئامانجەکەم وازلێنەهێنا. بۆچی قبوولّم نەکرد کەتوانستی پێویستم نییە و بۆچی خۆم و هاوسەرەکەم دوچاری ناخۆشی بێپارەیی کرد. ڕێگەم بەن بەگێڕانەوەی داستانێک وەڵامتان بدەمەوە. هەموومان کەم تا زۆر ئابراهام لینکولین دەناسین سەرنجتان بۆ بەشێک لەژیانی ئەم پیاوە شۆڕشگێڕ و ناودارە ڕادەکێشم کەبەکارامەیی و هەوڵدان بەچ سەرکەوتنێک گەیشتوە و چۆن ناوی لەجیهاندا بڵاوبۆتەوە. لینکولین منداڵی خێزانێکی هەژار بوو کە بەچەندین ساڵ لەڕەنج و ناخۆشی کۆلێژی یاسای تەواوکرد. سەرەتا کاری پارێزەری دەکرد، بەڵام سەرکوتوونەبوو. لەکاری پارێزەردا زۆر بەرەو پێش نەچوو. هاتەنێو سیاسەتەوە و لەهەڵبژاردنی شارەکەیدا بەشداریکرد. بەڵام شکستی هێنا. هەروەها دەستگیران دارییەکەی لەگەڵ کچێکدا کە خۆی هەڵیبژاردبوو و خۆشی دەویست هەڵوەشاندەوە ماوەیەک تووشی خەمۆکی بوو. بەشداربوونی دووبارەی لەهەڵبژاردنی شارەوانی، هەڵبژادنی کۆنگرێس و دواجار لەنازناوی سیناتۆریدا شکستی هێنا. ئەم جارەهەنگاوێک بەرەو پێشتر چوو بووە پالێوراوی جێگری سەرۆک کۆماری ئەمریکا، بەڵام ئەم جارەش شکستی خوارد. ئایا ئەم هەموو شکستە یەک لەدوای یەکانە بەس نەبوون بۆئەوەی لینکولین توشی بێئومێدی بکەن و بڕوابوونی بەئامانجەکەی لەدەستبدات. نەبوونی شایستەیی و توانایی لەخۆدا قبووڵ بکات و ڕێگەیەکی تر بگرێت؟ بەڵام ئەو هەرگیز نەوەستا. بەدوور خستنەوەی بیرە نەرێنییە نائومێدکەرەکان

لەمێشکدا، هەروەها بەدڵنیایی و توانست و لێهاتوویی، بێ دوو دڵی بڕیاریدا لەهەڵبژاردنی سەرۆکایەتی ئەمریکادا بەشداربیکات و سەرئەنجام سەرکەوتنی بەدەستهێنا. منیش سەرکەوتنی لینکولنم کردە نمونەیەک بۆخۆم. ئەو ئەزموونەی کە لەشێوازی نموونە وەرگری و سەرمەشق وەرگرتندا دەستم کەوتبوو، پەروەردەی کردم کەهەمیشە تەپوتۆزی شکست و دوو دڵی لەمێشکم فڕێبدەم و بەبیر و بۆچوونی بەهێز و کارامە و دروستکەر بۆئامانجی خۆم تێبکۆشم. لەبەشەکانی داهاتوودا ڕووبەڕووی چەندین نموونەی لەم جۆرە دەبینەوە کە بزوێنەر و هاندەرمان دەبن بۆ بەدواداچوونی ئامانجەکانمان.

کورتەی بەشی چوارەم

- هیچ کاتێک بۆ وورووژاندنی توانا دەرونییەکان درەنگ نییە و هەمیشە دەتوانرێت لەسفرەوە دەستپێبکرێتەوە.
- کاری ئەمڕۆ مەخەرە سبەی و ئەگەر کرا کاری سبەینێ ئەمڕۆ بەئەنجامی بگەیەنە.
- بەهەوڵ و کۆششی بەردەوام بەهەموو خواست وئارەزووەکانتان دەگەن. ((قیسمەت نەبوو)) یان ((من چارەنووسێکی ترم لە پێشدایە)) لەمێشکی خۆتان دوور بخەنەوە
- شێوازی ((نموونە وەرگری و سەرمەشق وەرگرتن)) لە گەیشتن بەئامانجەکان یارمەتی دەرمان دەبێ.
- دوای لێکۆڵینەوە و پێداچوونەوەی ئامانجی دیاریکراوتان خێرا دەست بە کار بن.
- رێ مەدەن شکست دڵ ساردتان بکاتەوە، بەهەوڵ و تێکۆشانی سەخت بەسەریدا زاڵدەبن.
- ئەگەر باوەڕمان هەبێت ((کە نابێت و ناگونجێت بوونی نییە)) دەتوانین هەموو رێگرەکان لەسەرەرێماندا هەڵگرین.

..بەشی پێنجەم

لە شکست مەترسن

"مامۆستایەکی سادە"

ترسی پیرۆز

«سەختترین هەنگاو، هەمان هەنگاوی سەرەتایە».

-پەندێکی بەلجیکی-

لەوانەیە تائێستا ناوی هەموو جۆر ترسێکتان بیستبێت، جگە لە ناوی ترسی پیرۆز. ڕاستە، ئەم وشەیە دروستکراوە، بەڵام بە هەندێک ڕوونکردنەوە تێگەیشتنی ئاسان دەبێت.

کەم کەس هەن لە دونیادا کە بۆ بە ئەنجامگەیاندنی خەون و ئارەزووەکانیان تووشی ترس نەبووبن. ترس لە ئەنجامدانی کارێک کە هێندەش ئاسان نییە، ترسێکی سروشتییە و ئەمەش یەکێکە لە کاردانەوە دەروونییەکان کە هەریەک لە ئێمە بە جۆرێک لە جۆرەکان لە سەرەتای دەست پێکردنی کارێکدا بۆمان دروست دەبێت.

پێویستە بوترێت کە سەرچاوەی ئەم جۆرە ترسە لاوازی و نەبوونی لێهاتوویی نییە، بەڵکو بەرکەوتنێکی کتوپڕە لەگەڵ کارەکەدا. هەمیشە نیگەرانی ئایندەی کارێکین کە دەستمان پێکردووە، ترسمان هەیە لە ئەگەری شکست و سەرزەنشتە بێ ئەژمارەکان لە هەر لایەکەوە و مێشکمان بەخۆیانەوە سەرقاڵ دەکەن، بەڵام ئەم نیگەرانیانە بێ بنچینەن و کاتین، بەڵام کەمێک خۆیان جێردەکەنەوە. با نموونەیەک بهێنینەوە. ئەندازیارێکی کارەبا بابخەینە پێش چاو کە ساڵانێک بۆ کەسانی دی کاری کردووە و موچەیەکی جێگری هەبووە. ئێستا ئەگەر ئەم ئەندازیارە بیەوێت بە پارە پاشەکەوتەکانی کارگەیەکی تایبەت بخاتەگەڕ و

بۆ خۆی کار بکات، بێگومان دووچاری ترس و نیگەرانی دەبێتەوە، ترس لە نەبوونی سەرکەوتن و بەهەدەر چوونی هەموو سەرمایەکەی. بەڵام ئەگەر ئەم ئامانجە لە ناخیدا بەهێز بێت، هیچ شتێک ڕێگری نابێت. هەریەک لە ئێمە دەگونجێت تووشی ئەم جۆرە دڵەراوکێیانە ببین. بەڵام ئەگەر ئامانجێکی ڕاست و دیاری کراومان هەبێت و هەموو تواناکانی بۆ تەرخانبکەین، هێدی هێدی زاڵدەبین بەسەر ترسەکاندا و حەز و عەشق بۆ ئامانجەکانمان دەرمانی هەموو ترس و دڵەڕواکێیەکن. ڕۆیشتن لەگەڵ کارەکاندا مێشک چالاکتر و ئومێدی سەرکەوتن بەتین تر دەکەن

تۆوی لۆبیا

«بە هێمنی و دان بەخۆگرتن گەڵای توو دەگۆڕێت بۆ کراسێکی ئاوریشم».

-پەندێکی چینی-

ناشتنی ناوکە لۆبیایەک لە گوڵدانێکدا و پەروەردەکردنی، پێویستی بە چەند مەرجێکە دەبێت ڕەچاوبکرێن: خاک و خوڵی بەکارهێنراو دەبێت چاک و بەهێز و بەپیت بن و هەندێ پەینیشی تێکەڵ بکرێت. خوێ و بەردی زۆری تێدا نەبن، تۆوەکە دەبێت تەندروست بێت، دواجار گوڵدانەکە تیشکی هەتاوی پێبگات. ئێستا ئەگەر گوڵدانەکە دوور بێت لەهەر بەڵا و ئافەتێک، ئەنجام چی دەبێت؟ بێگومان تۆوەکە سەوز دەبێت، چونکە بە فەراهەم کردنی هەموو پێداویستییەکان و ئاگاداری تەواو چی دی هیچ هۆکارێک بۆ سەوز نەبوون نییە.

لە هەموو بوارەکانی تردا کارەکان بەهەمان شێوەن. ئەگەر هەموو لایەنەکان بڕەخسێنین و هەڵبسەنگێنین، بێگومان سەرکەوتوو دەبین، تەنها خاڵی گرنگ ئەوەیە کە بیرە ترسێنەر و نیگەرانکەرەکان مێشکمان ئالوودە نەکەن.

لاوێکی یۆنانی بەهانەی بۆ دایکی دەهێنایەوە کە توانای شەڕکردنی نییە لەگەڵ دوژمندا، چونکە شمشێرەکەی کورتە، دایکی بە جەرگ و ئازا گوتی: ئەمە جێگەی نیگەرانی نییە، لەبەر ئەوەی شمشێرەکەت کورتە هەنگاوێک زیاتر بڕۆپێشەوە. ئەزموونەکان سەلماندویانە

کە حەز و پەرۆشی زیاد کاریگەری زۆریان هەیە لەسەر توانا و لێهاتوویی بۆ سەرکەوتن، براوە کەسێکە کە بە تەواوی بوونییەوە کار بکات و هیچ نیگەرانییەک لە دڵیدا جێنەکاتەوە.

لە شکستەکان سەکۆی فڕین دروستبکەن

«ئەوەندە شکست دەخۆم تا رێگای شکست فێردەبم»

- پیتەری گەورە -

لە یەکێک لە میوانە ئاهەنگە گەورەکانی پاریسدا. جەنراڵێک ئامادەبوو کە ٢٨ مەدالیایی لەسەر سنگ بوون خانمێکی جوان و بەشکۆ بەرەو رووی هات و لە کاتی یەکترناسیندا وتی: «جەنراڵ، ئایا سەرکەوتنی زۆرتان هەبووە کە خاوەنی ئەم برە زۆرە مەدالیایەن؟» جەنراڵ وەڵامیدایەوە و وتی: «بەشانازییەوە دەتوانم بڵێم هێندەش شکستم هەبووە». ولیام گلاوستۆن وتەی ئەم جەنراڵە بە جۆرێکی تر دەردەبڕێت: «هیچ کەس بەبێ هەڵەکردنی گەورە و زۆر بە هیچ جێیەک ناگات».

نیکسۆن

«من لە هەڵەکان زیاتر لە سەرکەوتنەکان وانە فێربووم»

–سێر هەمفری داڤی–

چارەنووسی نیکسۆنیش دوور نییە لە بەسەرهاتی لینکۆلن. سەردەمێک جێگری ئایزینهاوەری سەرۆک کۆماری ئەمەریکا بوو. پاش تەواوکردنی خولی جێگیرییەکەی، بووە کاندیدی سەرۆک کۆماری ئەمەریکا؛ بەڵام لە بەرامبەر کێبڕکێکەری بە هێز و کەشخە و زرنگیدا کە جۆن. ئێف. کەنەدی بوو، شکستی خوارد. دوو ساڵ دواتر لە هەڵبژاردنی کۆنگرێسدا بەشداری کرد و سەرکەوتوو نەبوو. دووبارە خۆی بۆ سیناتۆری کاندید کرد، بەڵام دەستی بە هیچ جێیەک نەگەیشت. بە دوای ئەم سەرنەکەوتنانە گومان دەبرا نیکسۆن لەسەر شانۆی سیاسەت دوور بکەوێتەوە، چونکە بۆ جێگری پێشوی سەرۆک کۆمار شکست لە هەڵبژاردنەکانی ئەنجوومەنی پیراندا مایەی شەرمەزاری بوو، بەڵام گوێی بەم بۆچوون

پێشبینیانە نەدا. نیکسۆن لەپێ نەکەوت و پاش چەندین گەشتی جۆراوجۆر بە سەرتاسەری جیهاندا و بە هەوڵ و کۆششی لە ڕادەبەدەر، دووبارە هاتەوە ناو سیاسەتی ئەمەریکا و ئەم جارە بوو بە سەرۆک کۆماری ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا. گەرچی بە هۆی کێبڕکێ و سیاسەتە بازییەکانی هەردوو لایەنی کۆماری خواز و دیموکراتی خوازەکان ناچار بوو دەست لە کار بکێشێتەوە، بەڵام ئەم بابەتە هەرگیز لە گرنگی هەوڵ و کۆششەکانی کەم نەکردەوە. لێرەدا مەبەست لە سیاسەتە بازییەکان و زلهێزی ئەمەریکا و بانگدارەکانی ئەمەریکا نییە، ئامانجی من ناساندنی سومبولەکانی هەوڵدان و بەرگری کردنی هەر نەتەوە و وڵاتێکە کە بە ئەندێشەیەکی ئەرێنی ترسیان لە خۆیان دوور خستۆتەوە و هەمیشە لە هەوڵی سەرکەوتندا بوون. دوایین پەیامی نیکسۆن لە کاتی دەست لەکارکێشانەوەیدا دەبیستن: «دوێنێ شەو وەک سەرۆک کۆماری ئەمەریکا بەسەرهاتی پارێزەرێکی لاوم دەخوێندەوە کە بە هۆی لە دەستدانی کچەکەی ویستی خۆکوژی بکات، بەڵام لەم کارەی پەشیمان بووەوە و پاشان بوو بە سەرۆک کۆماری ئەمەریکا. دەزانن ئەو لاوە مافناسە کێ بوو؟ ئەوە تیۆدۆر رۆزفێڵت بوو» نیکسۆن لێرەدا بۆ ماوەیەکی درێژ وەستا و پاشان بە هێمنی وتی: «ئەمە کۆتایی کار نییە، من دووبارە دێمەوە مەیدانی سیاسەتی ئەمەریکا» و ئەم بەڵێنەشی سەلماند.

لە ماوەی ساڵەکانی ١٩٨٥-١٩٩١ کاتێ من لە ئەمەریکا دەمخوێند، نیکسۆن بە جۆرێک دەستی وەردەدایە نێوکارەکان کە دەوترا ئەو سەرۆک کۆماری ئەمەریکایە. رۆناڵد ریگان بە چەندین بار دەیگوت بۆ کاروبارە گرنگەکان راوێژ بە نیکسۆن دەکەم. هەروەها بە کۆمەکی نیکسۆن بوو ریگان توانی جەنگی سارد بە شکست پێهێنانی یەکێتی سۆڤیەت کۆتایی پێبهێنێت.

بە ورد بوونەوە لەو بابەتەی کە باسکرا، دەبینم کە باوردۆخ هەمیشە بە گوێرەی ئاواتی ئێمە نییە. تەنانەت بە تواناترین و لێهاتووترین کەسەکانیش رووبەڕووی سەختی و ناهەمواری دەبنەوە. کەسانێک بە ئیرادەیەکی بەتین و متمانە بەخۆبوونی زیاتر دوای ئامانجە دیاری کراوەکانی خۆیان دەکەون، ناخۆشی کارەساتە ناهەموارەکان لە خۆدا هەمواردەکەن و بەچاوێکی نوقاو تەماشای سەختییەکان دەکەن. ئەم گرفتانە لە دیدی

کەسانی بێتوانادا بە زەبری رۆژگار یان بە قیسمەت و نسیب ڕاڤەدەکرێن، بە جۆرێک لەو پەڕی بێچارەییدا خۆیان بە دەستەوە دەدەن.

لە شکستەوە بۆ خۆکوژی مەڕۆن

«ناتوانم شێوازی سەرکەوتنتان بۆ بنووسم، بەڵام دەتوانم
شێوازی شکست هێنان باس بکەم»

– هێربەرت بابار–

هەندێک کەس کاتێک دەگەنە بن بەست و هەموو دەرگاکان بەداخراوی دەبینن لە بەردەم خۆیاندا و لە جێی گەڕان بۆ رێگە چارەیەکی گونجاو و دروست، لە ژیان نائومێد دەبن، ڕوو لە خۆکوژی دەکەن. لاوێکی عاشق کە دەستی بە مەعشوقەکەی ناگات، دونیا بە تاریکی دەبینێت و وای بۆ دەچێت کە بە کۆتایی هێنانی ژیانی لە شەڕی خەمۆکی رزگاری دەبێت، خوێندکارێک چەند جارێک بەشداری تاقیکردنەوە دەکات و سەرکەوتوو نابێت، پەنا بۆ گۆشەیەک دەبات و ژیان لای بێ نرخ دەبێت توانای بەرگەگرتنی نامێنێت. خاوەن کارخانەیەک بەهۆی قەیرانێکی داراییەوە ئیفلاس دەکات و سەرمایەکەی لە دەستدەدات و ورەی دەڕوخێت و بەو ئەنجامە دەگات کە خۆکوژی تەنها رێگای ئاسودەبوونە، بازرگانێک کە شمەکەکانی لە دەریادا لە ناوچوون هەست بەبێ هێزی و لاوازی دەکات، چونکە نرخی ژیان تەنها لە سەرکەوتنی پیشەکەیدا دەبینێت، وادەزانێت هەموو شتێک کۆتایی پێهاتووە و بیر لە خۆکوژی دەکاتەوە و بە تەنها رێگە چارەی دادەنێت.

زۆربەی ئەو کەسانەی کە ئەمڕۆ سەرکەوتوون، لە رابردوودا تامی شکستیان چەشتوە، بەڵام هەرگیز بیریان لە خۆکوژی نەکردوەتەوە، ئەوان لەگەڵ کێشەکاندا ڕووبەڕوو دەبنەوە و بۆ بنبڕکردنیان رێگەچارەی بنەڕەتی دەدۆزنەوە، کێشەکانی مرۆڤ هەرچەندە چارەسەرنەکراو دەربکەون، بەڵام بە کەمێک هەوڵ و کۆشش لەناو دەچن. هیچ شتێک بە لە دەستچوو یان کۆتایی پێهاتوو لە قەڵەممەدەن، بۆ هەر قەیرانێک خۆتان ئامادەبکەن و ئەوە بزانن بە هێمنی و دان بەخۆداگرتن رێگای نوێ بە رووماندا ئاوەڵا دەبێت. ئەم بیرە ئەرێنییە

لە ناختاندا پەروەردە بکەن کە سبەینێ رۆژێکی ترە. ژیان هەمیشە تاڵ و ناهەموار نییە و ئەم جۆرە شکستانە نابێت ببنە هۆی نائومێد بوون بە ئایندەمان.

دەبێت لە شکستەکان پەند وەربگرین

«گەورەترین سەربەرزی ئەوە نییە کە نەکەوین، بەڵکو ئەوەیە کە لەهەر کەوتنێکدا دووبارە هەستینەوە سەر پێ».

–کۆنفۆشیۆس–

گەشتکردن بە فڕۆکە زۆر ئاسانە، بەڵام بۆ هەڵفڕاندنی ئەم هۆکاری گواستنەوەیە بۆ یەکەم جار پێویست بوو کە فڕۆکەوانەکان ١٦٠٠ جار بفڕن و ئەزموونی نوێ کۆبکەنەوە. زۆری پێشکەوتنەکانی ئەمڕۆ لە بواری زانست و تەکنەلۆجیادا بەرهەمی چەندین شکستی بێ کوتان کە زانا و داهێنەرەکان خۆیان تاقییان کردوونەتەوە. هێندە بەسە کە تەماشایەکی دەوروبەرمان بکەین و ببینین کە براوەکان هەمیشە براوە نەبوون، ئەوان چەندین جار وشەی «نا» یان بیستووە، بەڵام خۆیان بە دەستەوە نەدا و بەرگریان کرد تا سەرەنجام وشەی «بەڵێ» یان گوێ لێبوو کەسێک بە هۆی شکستەوە نائومێد دەبێت. چی دی هیچ رێگایەکی بۆ سەرکەوتن نییە. منداڵێک کە تازە پێدەگرێت، پێش ئەوەی هاوسەنگی دروست بکات، سەدان جار بە زەویدا دەکەوێت و بە گریان و هاوارەکەی دەوروبەر نیگەران دەکات، بەڵام دووبارە هەڵدەستێتەوە و هەوڵی وەستان دەدات و دووبارە دەست بە ڕێ ڕۆیشتن دەکاتەوە. کاتێک کە منداڵێکی دوو ساڵە هێندە لەسەر خواستەکانی پێداگری دەکات، بۆچی کەسێکی پێگەیشتوو بەم جۆرە رەفتارناکات. لەم جیهانەی کە تیایدا دەژین هیچ شتێک بەبێ کەم و کوڕی و رەخنە وێنەی نەگرتووە و هیچ ئۆتۆمۆبیلێک بەبێ هەوڵی بەردەوامی دروستکەرانی نەکەوتووەتە جووڵە.

راز و نهێنی سەرکەوتن لەوەدایە کە لە شکستی ئاوێنە پەندێک وەرگرین و هەمیشە لە خۆمان بپرسین؛

أ– کەم و کوڕی کارەکە چی بوو؟

ب– رێگە نوێیەکان کامانەن؟

تێبنیی ئەم پەیامەی د. ماردین بکەین کە روانگەمان فراوانتر دەکات:

«لەگەڵ سپێدەی دەم بەیاندا بۆ هەر یەک لە ئێمە هەلێک هەیە کە کاری باشی تیادا ئەنجامبدەین، هەمیشە دەبێت سەر لە نوێ دەستپێبکەین و شکست و نەهامەتی و بێ ئاکامییەکانی رابردوو قەرەبوو بکەینەوە».

ئایا شکست کۆتایی کارە

«دەرد و بەڵا هەمیشە کۆتایی کار نین»

– دورۆتی کارنگی–

دەڵێن لە شکست کارەسات دروستمەکەن، بەڵکو بە دوای هۆکارەکاندا بگەڕێن و لەم دیدگایەوە لە بابەتەکان ورد دببنەوە کە چۆن دەتوانین لە شەقامێکی تێکشکاو رێگایەک بۆ سەرکەوتن واڵابکەین. سەرەتای هەر شکستێک خەم ناکە و توانای دان بە خۆداگرن ئەستەمە. بەڵام بە تێپەڕبوونی کات دەردەکان کەمتر دەبنەوە و سەرەنجام دەرمان دەکرێن.

لەبەر ئەوە ئارامگری و لە خۆبوردن بە کاربهێنن و هەرگیز سەرشۆڕی هەڵبەز و دابەزەکانی ژیان کارتان تێنەکەن و هێزی دووبارە هەستانەوە و دەستپێکردنەوە لە خۆتاندا بە هێز بکەن. لە یادتان بێت کە لەوانەیە دوایین کلیل دەرگاکان بە رووماندا بکاتەوە.

سێر رالف رامسی چی دەڵێت

«پەند وەرگرتن لە شکست زۆرترە لە سەرکەوتن، کەسێک، کە هیچ کاتێک هەڵە ناکات، بە هیچ جێیەک ناگات»

–ساموێل سمایلس–

سێر رالف رامسی راهێنەری تۆپی پێی ئینگلتەرا دوای تەواوبوونی یاری نێوان هەڵبژاردەکەی و هەڵبژاردەی ئەڵمانیا وتەیەکی جوانی هەیە کە شایەنی گوێ لێگرتنە. ئەویش بەم جۆرەیە: یاریزانەکانی هەڵبژاردەی ئینگلتەرا دوای دۆڕان بە تیپی بەرامبەر،

رووبەڕووی رق و تورەیی هاندەرانی ئینگلیزی بوونەوە و زۆر بە تورەیی و ناڕەحەتییەوە بەرەو شوێنی خۆگۆڕین رۆیشتن و لە کاتی خۆگۆڕیندا سەر زەنشتی یەکترییان کرد. هەر یەک هەوڵی دەدا کەم تەرخەمییەکان بخاتە ئەستۆی ئەوی تر و پاکانە بۆ خۆی بکات، دواجار دەمەقرە روویدا و بارودۆخەکە زۆر ناهەموار بوو. لە پڕ سێر رالف رامسی بە دەنگێکی بەرز و بڵند و بە ئارامی وتی: «ئەوەی لە یاریگادا روویدا سپاردمان بە مێژوو، بەڵام ئەوەی کە ماوەتەوە تەنها ئەزموونێکە کە لەم یارییەوە بە دەستمان هێنا». بە وتەکەی رامسی هەموو بێدەنگ بوون، رەنگ و رووی یاریزانەکان رەنگێکی تری لە خۆگرت و بارودۆخێکی نوێ هۆڵەکەی داگیرکرد.

هۆکارەکانی پێشکەوتنی تویوتا

«ئیجنی تویودا»، بەڕێوەبەری کارخانەی ئۆتۆمۆبێل سازی «تویوتا» دەڵێت: «هەمیشە لە خۆتان بپرسن کام کارەیان دەتوانم بە چاکترین شێوە ئەنجام بدەم و کام کارەیانم بە هەڵە بە ئەنجامگەیاندووە؟ ئەم پیاوە گەورە و سەرکەوتووە هەموو رۆژێک لەم جۆرە پرسیارانە لەخۆ دەکات، دەی بۆچی ئێمەش لە خۆمانی نەکەین؟ ناوبانگی جیهانی تویوتا بە هۆی ئەوەیە کە کارەکانی بێ کەم و کوڕی و بە سەرکەوتوویی ئەنجامداوە. ئیجنی تویودای حەفتا ساڵە هێشتا رۆژێ ١٠ کاژمێر کاردەکات و بەیانیان کاتژمێر ٧ی بەیانی ئامادە دەبێت لە شوێنی کارەکەی، لەبەر ئەوە دەبێت ئۆتۆمۆبیلەکانی ئەم پیاوە پڕ وزە و داهێنەرە، پەسەندکراوی هەموو جیهان بن.

شکست چۆن روودەدات

«پیاوە گەورە و کەسایەتییە گرنگەکان هەڵە دەکەن و قبوولیدەکەن. کەسێ کە هەڵە دەکات و قبووڵیناکات، مرۆڤێکی سووک و بچووکە».

–ماکسویل ماڵتز–



یەکێک لەو پرسیارانەی کە زۆر کات دەکرێت، کەسانی بە ناوبانگ و لایەنگر چۆن بە سەرکەوتن گەیشتوون. بۆ وەڵامی ئەم پرسیارە هیچ ڕێگایەکمان نییە جگە لە ئاگادار بوون لە ژیانی رابردوویان و چۆنیەتی ڕووبەڕووبوونەوەیان لەگەڵ کێشەکاندا، ئەگەر خاڵێکی بەهێزمان دۆزییەوە بیکەینە سەرمەشقی خۆمان.

بۆ تێگەیشتنی زیاتری ئەو بابەتەی سەرەوە، ڕێگەم بدەن یادەوەرییەکتان بۆ باس بکەم کە زۆر بەسوود و پڕ لە ئەزموون بوو. ئەو کاتەی کە مامۆستا بووم جگە لە خۆئامادەکردن بۆ تاقیکردنەوەکانی کونکوری زانکۆ، بۆ کارخانەیەکی دروستکردنی رووپۆشی دیوار کارم دەکرد. بەڕێوەبەری ئەو کارخانەیە مرۆڤێکی قۆز و بەڕێز بوو، هێندە زمان شیرین بوو کە دەیتوانی مار لە کون بهێنێتە دەرەوە، بەڵام کەم و کورییەکی گەورەی هەبوو ئەویش «بەڵێن شکێنی» بوو. لەگەڵ کڕیارەکاندا بە جوانی رەفتاری دەکرد، هیچ پێشنیارێکی رەت نەدەکردەوە و بەڵێننامەی زۆری دەبەستن، لە کاتێکدا تەنها لەگەڵ تیمێکی حەوت کەسیدا بۆ ڕاپەڕاندنی کارەکان هاوکاری دەکرد، بە هەموو بەڵێنەکان، بەڵێنی پووچی دەدا و بانگەشەی دەکرد کە کارەکان لە کاتی خۆیدا ڕادەپەڕێنێت. کەسی بەرامبەری یەکێک لەم بەڵێننامانە مرۆڤێکی زۆر تێگەیشتوو و بەڕێز بوو، کە بەڕێوەبەری گشتی پۆستە و گەیاندن بوو. وەک پیشەی هەمیشەیی کۆمپانیاکەمان لەگەڵ ئەم پیاوە بەڕێزەدا بەڵێن شکێنی کرد، بەڕێوەبەرەکەمان ئەو هەموو «گەندەڵی»یانەی بە هۆی کەم تەرخەمییەکانی منەوە لە قەڵەم دەدا، لەبەر ئەوەی لەگەڵمدا خراپ بوو، ئەم بارودۆخە هەر بەم شێوەیە درێژەی کێشا تا ئەو کاتەی چی دی من توانام نەما و هاتمە نێو مەیدانەوە ئاگادارم کردەوە لە هەموو ئەم پێشێویانە و پێم ڕاگەیاند ئەگەر کار وابڕوات لە ماوەیەکی کەمدا کارخانەکەمان بەر-شکەست دەبێ. بەم ڕوونکردنەوانەی من کەمێک ئارامی گرت، بانگی کردم بۆ پێکەوە دانیشتن و بابەتێکی باس کرد کە ئەمە کورتەکەیەتی: لە وڵاتە گەورە و پیشکەوتووەکاندا هەمیشە بەڕێوەبەرانی کۆمپانیایەک پاش بەرشکەست بوون کۆدەبنەوە و دەربارەی هۆکارەکانی ئەم شکستە دەدوێن لە کۆتاییدا ڕێگە چارەیەک دەدۆزنەوە.

یەکەم هەنگاو دروستکردنی تیمێکی حەوت کەسییە. هەڵبژاردنی سەر پەرشتێک بۆ هەر تیمێک. پاشان کارکردن بۆ کێشە جیاوازەکان دەستپێدەکات. هەریەک لەم تیمە

هەڵبژێردراوەکان بەرپرسی لێکۆڵینەوەی کاروبارێکی دیاریکراوە، زانیارییە کۆکراوەکان دەدرێنە بەرپرسی تیمەکان، ئەوانیش یاداشتی دەکەن و لە کۆبوونەوەیەکدا لەگەڵ بەڕێوەبەرانی کۆمپانیادا دەیخەنەڕوو، دوای لێکۆڵینەوەی پێویست، دواجار دەگەنە ئەوەی دوو هۆکاری بنەڕەتی هەیە بۆ ئەم شکستە، ئەوانیش هۆکاری «بینراو» و هۆکاری «نەبینراون».

هۆکارە بینراوەکان ئاشکران، بۆ نموونە، یان ژمێریاری لە کاتی خۆییدا دواکارییەکانی کونەکردوەتەوە. یان بەشی فرۆشتن و بازاڕ کارەکانی بەڕێکی ئەنجامنەداوە و یان بەشی ڕاگەیاندن لە کاروباری پەیوەندی داردا کەم تەرخەمیان کردووە،.....

بەڵام هۆکارە نەبینراوەکان پەیوەندیان بە پشت پەردەی بەڕێوەبەرانی بەشەکانەوەیە کە زۆر کات هیچ کەس تێبینی ناکات. پرسیارم کرد چ جۆرە پەیوەندییەک ئەم ئەنجامە زیانبەخشانەی لێدەکەوێتەوە؟ لە وەڵامدا وتی: بۆ نموونە لەوانەیە بەڕێوەبەری فرۆشتن لەگەڵ بەڕێوەبەری ڕاگەیاندندا چەند پەیوەندییەکی نهێنی تایبەتیان هەبێت و لە کاروباری ڕاگەیاندن و ڕێکلامدا کارشکێنی کردبێت یان دوای ڕێکلام و ئاگادارییەکان بەرهەمەکان لە کاتی خۆیدا نەخرابێتە بازاڕەوە. هەروەها دەگونجێت بەڕێوەبەری وەبەرهێنان کەسێکی تۆڵەستێن بێت بە هۆی جیاوازی لەگەڵ خاوەنی کارخانەدا، خستنە بازاڕی کاڵاکان دوابخات یان بەڕێوەبەری کاروباری دارایی لەگەڵ بەشی فرۆشتندا کێبڕکێ بکات کە لە ڕووکەشدا جێی نیگەرانی نییە، بەڵام لە بواری کاردا چەندین کێشە دەخوڵقێنێت، بە کورتی هەموو ئەم پێشهاتانە دەگونجێت هۆکاری بەر شکست بوون بن.

لە درێژەی وتەکانیدا گوتی: بەوپێیەی کە تۆ کەسێکی ڕێک و پێک و کار بەجێێت، ناتوانیت بەرگەی شێواوی ئەم کۆمپانیایە بگرێت.

باشترە لە کۆمپانیایەکی تردا دەستبەکاربیت کە زەمینەی گونجاوی تێدابێت و هەلی پێشکەوتن و بەرزبوونەوە و سەرکەوتنی تێدا فەراهەم کرابێت. لەگەڵ ئەوەدا چەندین شتی زۆر فێربووبووم، سوپاسم کرد و خێرا بەدوای کاری نوێدا گەڕام.

کورتەی بەشی پێنجەم

* حەز و عەشق بە ئامانج و ئارەزووە دوورودرێژەکان لەناوبەری ترس و دڵەڕاوکێن.

* بە وەدواکوتنی کارەکان، مێشک چالاکتر و ئومێدی سەرکەوتن لە ئێوەدا زۆرتر دەکات.

* لە شکست مەترسن و بزانن کە بە تواناترین و لێوەشاوتری کەسەکانیش کەسانیش تووشی تەنگ و چەڵەمە و سەختی بوون. کەسانێک کە بە ئیرادەیەکی پۆڵایین و متمانە بە خۆبوونێکی زۆرتر وەدوای ئامانجەکان دەکەون، هەموو کات سەرکەوتوون. بەڵام ئەوانەی بەهۆی شکستەوە خەفەتبار و بێ هیوا دەبن، هیچ ڕێگایەکیان بۆ سەرکەوتن نییە.

* لە شکستەکان پەند وەربگرن و بە کۆتایی کاری دامەنێن.

* لە خۆتان بپرسن گرفتەکانی کارەکە لە کوێدان و ڕێگا نوێیەکان کامانەن و بۆ هەستانەوە و دووبارە دەستپێکردنەوە دەبێت چی بکرێت.

..بەشی شەشەم

هۆکارەکانی دیکەی سەرکەوتن

"تەماشای سەرەوە بکەن"

«بەچاو لە ئاسمان و پێ لەسەر زەوی بەڕێدا بڕۆن»

– پەندێکی پێشینان–

سەیری سەرەوە بکەن، ئەمە ئامۆژگاری دیل کارنگییە بۆ ئەو کرێکارە لاوانەی کە ئەندێشەی سەرکەوتنیان لە سەردایە. پاشان دەڵێت: «بەبۆچوونی من لاوێک کە خۆی بە هاوبەشی بازرگانێکی باوەڕپێکراو نەزانێت، شایەنی گرنگی پێدان نییە. هەمیشە لەگەڵ خۆتدا دووبارەی بکەوە کە جێگای من لەسەر لوتکەی ئەو شاخەیە و لە جیهانی خەیاڵدا خۆتان بە گەورەترین دابنێن. کەسی بە ئیرادە ئەوەیە کە دەڵێت جێی من لە شوێنە بڵندەکانە، دەبێت هەروەک هەڵۆکان لەسەر کێوەکان، لەو جێیەی ڕەشەبا توندەکان هەڵدەکەن و هەتاو بەتوندی تیشک دەدات، ژیان بەسەر بەرم».

گەرچی ئەم وتانە لە دروشم دەچن، بەڵام ئەگەر لە واتا قووڵەکانی کە تیادا حەشار دراون بگەن. پەرۆشی سەرکەوتن و پێشکەوتن لە خۆتاندا بە هێزتر دەکەن، ئەگەر سڵ لە ڕێگرەکان نەکەینەوە و لە مێشکتاندا بەڵێ بۆ سەرکەوتن و نا بۆ شکست بچەسپێنن، هەروەها ئەگەر بە ئیرادەیەکی بەتین لە ژیاندا هەنگاو هەڵێنن و ئامانجی گەورە لە بەردەمتاندا دابنێن، بە دڵنیاییەوە سەرکەوتن دەستگیرتان دەبێت، بەردەوام بوون و دەستگرتن بەم ڕەهەندە دروستکەرەوە، هێزی متمانە بەخۆ بوون لە ناخماندا زیاد دەکات، بە جۆرێک لە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکان ترس بە دڵماندا ناڕوات. ئەم وتەیەشتان لە بیر

بێت: «ئەوەی لە جیهانی خەیاڵدا دەگوزەرێت، ڕۆژێک لایەنی بە ڕاستی بوون لەخۆدەگرێت، چونکە زۆرکات جیهانی خەیاڵ جیهانی جوانییە».

مەترسی ژیرانە

«لەوانەی کە دەیانەوێت ئامانج و ئاواتەکان بچووک بکەنەوە، خۆتان بە دووربگرن. مرۆڤە هیچەکان هەمیشە بەم جۆرە ڕەفتار دەکەن، لە کاتێکدا کەسە گەورەکان هەوڵدەدەن بە ڕەفتارەکانیان هەستی گەیشتن بە بەرزییەکان لە ئێوەدا بەهێز بکەن»

– مارک تواین–

بەڵێ ڕاستە، بۆچی نا؟ تاکەی دەبێت بە مووچەیەکی کەم ژیان بەسەر بەرین؟ بۆچی نابێت وەک کەسانی تر بە هەوڵی زیاتر بۆ زیادکردنی دەرامەتی خۆمان کۆشش بکەین؟ بۆچی بێ کاریمان لە فێربوون و ئەنجامدانی کاری نوێدا نەگوزەرێنین تا ژیانێکی ئاسوودەترمان هەبێت؟ سەروەت پەرستی کارێکی شایستە نییە، بەڵام پەیداکردنی خۆشگوزەرانی بۆ خۆمان و خێزانمان زۆر کارێکی پەسەندە. بەچوونە دەرەوە و دیدار لەگەڵ خزمان و هاوڕێیاندا چ کاریگەرییەکی ئەرێنی دەبێت، کە سەرقاڵ بوون بەکار و پیشەی خۆمان بە دوور بێت لێی؟ ئەگەر ئەم ڕاستییە لە لای خۆمان قبووڵبکەین ئەتوانین خۆبخەینە مەترسیەکی ژیرانە و هەڵسەنگێنراو و تەنانەت دەتوانین زیاد لە بەشەکەی خۆمان ڕابکێشین. ئەنجامدانی هەرکارێکی نوێ پێویستی بە کاتی گونجاوە، ئێستا بڕیارتان داوە کە هەموو ڕۆژەکانتان بەشێوەیەکی دروست لە ڕێڕەوێکی نوێدا بەکاربهێنن، دەبێت لە بیری کات ڕێکخستن دابین. ئەو ڕوون کردنەوانەی کە پاشان دادێن ئاشناتان دەکەن بە ڕۆڵی ئەم هۆکارە، بەڵام پێش چوونە ناو بابەتەکە، ڕێگەبدەن سەرەتا ڕۆڵی پارە لە ژیاندا ڕوون بکەینەوە.

ڕۆڵی پارە

«پارە خۆشبەختی ناهێنێت، بەڵام نەبوونی بەدبەختی دەهێنێت».

– ئێرنێست هیمنگوای–

دەربڕینی بیروبۆچوون سەبارەت بە ڕۆڵی پارە لە ژیاندا لەبەر هۆی داوورەییە نابەجێیەکانی دەوروبەر، هەمیشە بە ترسەوە دەردەبڕێن و هیچ کەس ڕاستگۆیانە بیروباوەڕی خۆی بەیان ناکات. بیستنی بۆچوونە جۆراوجۆرەکان دەربارەی ئەم بابەتە دەتوانن ڕێ پیشاندەربن. بە بیرکردنەوەی قووڵ لەو بۆچوونانە دەردەکەوێت کە سەروەت و سامان دۆزینەوە تاچ ڕادەیەک بە سوودە و هەروەها تاچ ڕادەیەکیش سەرشێتانە و نەخۆشییە.

ا: هەندێک دەلێن پارە خۆشبەختی ناهێنێت یان مرۆڤی پارەدار خۆشبەخت نییە، یان پارەدارەکان بیر لە فەرهەنگ ناکەنەوە. بە بۆچوونی ئەوانە هیچ کەسێک بە سامانی فراوان و زۆر بە خۆشبەختی و ئارامی ناگات و سەرکەوتنیش هەرگیز لە گرەوری دارایی و سەروەت و ساماندا نییە. کەسێک کە هەمیشە ئەم جۆرە ئامانجانەی بە بیردابێت. لە چێژ وەرگرتن لە ژیان بێ بەشە، بەڵام لە بەرامبەردا، ئەوانەی کە بە دوای زانست و فەرهەنگەوەن، هەرچەندە بێ پارە و سامان لە دونیا دەربچن، ناویان لە مێژوودا بە نەمری دەمێنتەوە، ئەم گرووپە دواجار دروشمی زانست باشترە لە سەروەت دووپات دەکەنەوە.

ب: گرووپی دووەم بیر و باوەڕەکانیان بەم جۆرە دەخەنە ڕوو: پارەت باهەبێت، لە هەموو جێیەکدا شوێنت هەیە یا نەزانێکی پارەدار لای هەمووان بەڕێزە، یان دونیا لە سەرپارە دەسوڕێتەوە. بە بۆچوونی ئەوانە پارە هۆکاری خۆشبەختی و ئارامییە و ڕۆڵی پارە زیاترە لە ڕۆڵی هەر هۆکارێکی تر. ئەوان دەڵێن بێ پارەیی هەمیشە هۆکاری نیگەرانی و ناهەمواریيە، بەڵام بەبوون بە خاوەنی پارەی زۆر دەتوانین بگەینە ئازادییەکی زۆرتر و ئارەزووەکانمان دەهێنینەدی.

ج: با بۆچوونی بەشی سێهەمیش بزانین ئمیل زۆلا دەڵێت: «پارە پەینی درەختی شارستانیەتە». بە باوەڕی ئەو، بەبێ بوونی پارە درەختی شارستانیەت بەرناگرێت. ئەرستۆش بە وانەی کە بانگەشە دەکەن کە سەروەت خڕکردنەوە جێی پەسەندی

فەیلەسووف و دانایان و بیریاران نییە. دەڵێت: «داناکان لەو ڕوانگەوە سامانیان دەوێت کە پێویستیان بە فەرمانڕەوایان نەبێت». ئەگەر بمانەوێ شیکردنەوەی بۆچوونی ئەم سێ گرووپە بکەین، دەبێت بڵێین کە بۆچوونی بەشی یەکەم هێندە گرنگی نییە، چونکە لایەنە ڕووکەشو دەرەکیەکەی پەردە بەسەر ڕاستییەکاندا دەهێنێت ئەو بەڵگانەی کە دەتوانین بەرپەرچی ئەم بۆچوونەی پێ بدەینەوە:

* بۆ دەستکەوتنی ئامانجی باڵای ژیان پێویستمان بە پارە دەبێت.

* نەبوونی دارایی هۆکاری هەژارییەو لەوانەیە هۆی نەبوونی خۆشبەختی خۆمان و خێزانمان بێت.

* وەرگرتنی زانست و زانیاری.

دەتوانین لە هەمان کاتدا لە هەردوولا بە ئەندازەی گونجاو سوود وەربگرین.

بۆچوونی گرووپی دووەمیش دوورە لە ژیری و ڕاستییەوە. چونکە ئەگەر لە پارە وەک هۆکارێک بۆ شکاندنی تینوێتی دەروونی خۆمان سوود وەرنەگرین، تووشی هەڵەیەکی گەورە بووین. ئەگەر بمانەوێت بە دابین کردنی خانوویەکی خۆش و جوان، ئوتۆمبێلێکی گرانبەها، یان خزمەتکارگەلێکی جۆراوجۆر سەروەری و باڵاتر بوونی خۆمان بۆ دەوروبەر بسەلمێنین، پێمان ناوەتە کوێرە ڕێیەک کە ڕێگەی گەڕانەوەی نییە. لە لایەکی ترەوە، سامان پێکەوەنان پێویستی بە بەڕێوەبردنێکی تایبەت هەیە و نزیکەی زۆربەی کاتەکانی ئەو کەسە داگیردەکات، کە لە ڕاستی لە بنەمای خۆشبەختییەوە زۆر دوورە، لەبەر ئەوەی هەرچەندە دەولەمەندتر بین، نیگەرانی و دڵەڕاوکێکانمان زیاتر دەبن. بەم جۆرە، بیروبۆچوونی گرووپی سێیەم لە ڕاستییەوە نزیکترە و بۆچوونی زۆرینەی خەڵکییە. لە وتەکانیان ئەوە دەردەکەوێت کە سامان پێکەوەنان بۆ وەدەست خستنی ریزوپلەی ڕووکەش کارێکی نەخوازراوە. پارە کاتێک گرنگی ڕاستەقینەی خۆی دەبێت کە ئامرازێک بێت بۆ بەرەو پێشبردنی ئامانجە مرۆییەکان، ئەگەرنا هۆکاری زیادبوونی گرفتارییەکانی خاوەنەکەیەتی. مۆلوگ دەڵێت: «ئەوەی ڕەگ و ریشەی هەموو خراپیەکانە پارە نییە، بەڵکو حەز و عەشقێکی شێتانەیە بۆی».

جۆن ڕۆکفێلێر لەو وتە ڕاست و هەڵسەنگاوە بە جۆرێکی تر دەدوێت.

«بڕیارم داوە پارە بخەمە خزمەت خۆمەوە نەک خۆم بخەمە خزمەتی».

هەروەها پەندێکی فارسی دەڵێت: «پارە خزمەتکاری پیاوی ژیر و گەورەی پیاوی نەزانە. سەرەنجام شاعیری بەناوبانگ سەعدی شیرازی لەم بەیتە پڕ مانایەدا دەڵێت: پارە ئامرازی ئاسایشی ژیانە، نەک ژیان ئامرازی کۆکردنەوەی پارەیە. لە کۆتایی ئەم بابەتەدا دەبێت بڵێین کە سەروەت پێکەوەنان لە ئاستی گونجاودا نەک تەنها کارێکی ناشیاو نییە، بەڵکو لەگەڵ فەراهەم بوونی هۆکارەکانی تردا، خۆشبەختی مرۆڤە و هۆکارێکی گرنگی سەرکەوتنە. بە هەبوونی پارە دەتوانین ئاسایش و ئازادییەکی زۆرترمان دەستکەوێت و دوور لە هەر دڵەراوکێ و نیگەرانییەک خەون و ئارەزووە مرۆییەکان مان بەراورد دەکەین.

یارمەتی هەژاران

تەنها کەسانێک کە یارمەتی دارایی مەعنەوییان پێشکەش بە هەژاران کردووە چێژ و ئاسوودەیی ئەم کارە دەزانن. ئەگەر بە هۆی کار و کۆششەوە سامانتان کۆکردەوە، دەتوانن هەندێکی ببەخشن بە خەڵکان، تام و چێژێک لەم کارەدا خۆی حەشارداوە کە ناتوانرێت پێناسە بکرێت. ئەم چیرۆکەی خوارەوە یەکێکە لە نموونە زۆرەکانی بەخشین لە ڕێگەی چاکەدا. هاورێیەکی بەڕێز بۆی گێڕامەوە:

لە گەشتێکدا بۆ وڵاتی تایلەند، لەگەڵ پیاوێکی دەولەمەندا ئاشنابووم کە منی بۆ بینینی ڕێکخراوە خێرخۆازییەکەی بانگهێشت کردبوو. لەگەڵ چوونە ناوەوەی ڕێکخراوەکە، ٨٠ منداڵی بێ سەرپەرشت دەوریان لێدا و هەریەکەیان هەوڵی دەدا کە لە باوەشی بگرێت. سەرەتا بە بینینی ئەم دیمەنە لەرزیم، بەڵام دوای دیتنی هەموو بەشەکانی ڕێکخراوەکە، دەرکم بەو پەیوەندییە گەرمە کرد. ئەو پیاوە هەموو هۆکارێکی خۆشگوزەرانی بۆ ئەو منداڵانە دابین کرد بوو. ئەم کارە چاکە بە جۆرێک کاری تێکردم کە خێرا هەموو پارەکانی گیرفانم خستە بەردەمی داوام لێکرد کە منیش لەم کارە خودا پەسەندانەدا هاوبەش بکات، بەڵام ئەو پیاوە دەوڵەمەندە پارەکەی قبووڵ نەکرد و وتی: ئەگەر هەموو دونیاش بە من ببەخشی، ئەم تام و چێژ و خۆشیەت لەگەڵدا دابەش ناکەم. پێشنیاری دابوو کە بۆ ئەنجامدانی ئەم کارە خودا پەسەندانە لە وڵاتی خۆمدا ڕێکخراوێکی خێرخوازی دروستبکەم.

ئەم هاورێیە دوای گەڕانەوەی لەگەڵ چەند پیاوێکی خێرومەندی دیکەدا ڕێکخراوێکی بۆ بەساڵاچووان بونیادنا، کە تا ئێستاش هەر بەردەوامە. لەبەر ئەوە بەدەستهێنانی پارە کارێکی ناپەسەند نییە، بە تایبەت ئەگەر لە ڕێگەیەکی دروستەوە بەدەستهێنرابێت و لە کاتی بە سوودیشدا خەرج بکرێت. سەرکەوتن تەنها بەدەستهێنان نییە، بەخشین بە کەسانی تر هەمان سەرکەوتن و کامەرانی دەهێنێت. لێرەدا دوو نموونە لە یادگارییەکانی خۆم دەهێنمەوە تا لە کێشەکانی بێ پارەیی ئاگادارین و ریزی ژیان و بەخششەکانی ئێستاتان بزانن،

یادگاری یەکەم:

ئەو کاتەی لاو بووم، ئەو ساڵانەی کە هەستیاری زۆر و لەخۆبایی بوون لە ناختداهەن. لە شارە بچکووکەماندا دەچووم قوتابخانە. بە داخەوە بارودۆخی دارایمان زۆر خراپ بوو، خۆشکەکەم لە تاران دەژیا و یارمەتی دەداین. بۆ نموونە کتێبەکانی قوتابخانەی بۆ دەکڕیم و جارجاریش چاکەتێکی کۆنی بۆ دەناردم.

ئەم چاکەتانە بۆ بەرم گەورەبوون، دایکم هەموو جارێ دەستکاری دەکردن تا بە ئەندازەی من بێت و پاش ماوەیەک لە ڕەنگ دەکەوت و شێوەی دەگۆڕا.

دیسان دایکم هەڵی دەگێرایەوە و دووبارە دەیدورییەوە و منیش لەبەرم دەکرد.

یادگاری دووەم:

لە ساڵەکانی قۆناغی سەرەتاییدا نێوان ماڵ و قوتابخانەکەمان زۆر بوو، لەبەر ئەوە بۆ نیوەڕۆ. نانم لەگەڵ خۆم دەبرد. هاوپۆلیەکانیشم هەمان کاریان دەکرد، کاتی نان خواردن هەموو لە دەوری خوانێک کۆدەبووینەوە و خواردنەکانمان لە نێوان یەکتریدا دابەشدەکرد. ڕۆژێکیان دایکم نەیتوانی هیچ شتێک ئامادە بکات، داوای پارەم لە باوکم کرد تا لە دوکانەکەی نزیک قوتابخانە هەندێک نان و پەنیر بکڕم. باوکم پارەی پێنەدام منیش بەو پێیەی کە نەمن دەمتوانی بگەڕێمەوە ماڵەوە لەگەڵیدا دەمە قرەیەکم کرد. هاوسەری خوشکەکەم تازە لە تاران گەڕابووییەوە، بەڕێکەویت ئەو بەیانییە لە ماڵی ئێمە بوون. هەر بەو جۆرەی کە لەسەر کورسییەکە دانیشتبوو دەستی بە گیرفاندا کردو پارەیەکی کانزایی ٥

ریاڵی دەرهێنا و بەرەو رووم فرێیدا و وتی، ئەوە بۆ تۆ!! کانزا ٥ ریاڵییەکە بۆ ماوەیەک لەبەر پێمدا سووڕایەوە و پاشان لە جووڵە وەستایەوە و کەوت. گەرچی ئێستا ٤٠ ساڵ تێپەڕیوە، بەڵام هێشتا شێوازی فڕیدانی پارەکە و سوڕانەوەکەی لەبەر پێمدا لە یادم ماوە.

گەرچی ئەم رووداوانە ناخۆش بوون، بەڵام راستی ژیانیان زیاتر بە من ناساند. ئەو رۆژە سەختانە تێپەڕین و چەندین ساڵ دواتر دژوارییەکان کپ بوون و باری داراییم چاک بوو. لەگەڵ خۆمدا بیرم کردەوە، ئێستا کێشەی داراییم نییە، باشترە هەندێک لە دەرامەتم لە یارمەتیدانی ئەو مێردمندلانەدا بەکاربهێنم کە بارودۆخی ژیانی رابردووی منیان هەبووە.

لەو کارانەی کە کردم، ناوی ٢٠ تازە لاوم پەیدا کرد کە پێویستیان بە کۆمەک هەبوو. رێکخستنی ئەم لیستە ناوە بەشێوەیەکی زۆر نهێنی و لە لایەن کەسێکی متمانە پێ کراوەوە بوو. بە گوێرەی ئەوەی کە ئەو مێردمنداڵانە لە هاوشارییەکانی من بوون مانگانەکانیانم بە هۆی بانکەوە حەواڵە دەکرد، ئەوەش دوو هۆی هەبوو:-

یەکەم: نەمدەویست ئەوان ئەم پارانە لە دەستی من بگرن و لە ئەنجامدا من بناسن و بەمەش دەگونجا هەستیان بریندار ببێت.

دووەم: یارمەتی دانی هەژاران بە مەرجێک لای خواوەند وەردەگیرێت کە دووربێت لە هەموو خۆنواندنێک.

لێرەدا گرنگە کەوا ئاماژە بە خاڵێک بکەین کە ماوەیەکی زۆر مێشکی ئاڵۆزکردبووم. بە داخەوە زۆر لە مرۆڤەکانی ئەمڕۆ کە سەرکەوتوون و رێ و شوێنێکی کۆمەڵایەتی لەباریان هەیە، نکۆڵی لە رابردووی خۆیان دەکەن و هەوڵدەدەن ژیانی رابردووی خۆیان فەرامۆش بکەن. ئەگەر لەم بارەیەوە پرسیاریان لێبکرێت، خێرا بابەتەکە دەگۆڕن و هەندێ جارێش راستییەکان دەشارنەوە. بێگومان دەگونجێت ترس لە سەرزەنشت و تانە و تەشەر، ئەم جۆرە رەفتارەیان پێبکات، بەڵام دەبێت بزانن ئەم شێوازی بیرکردنەوەیە راست نییە ئێوە بە هۆی کێشەکانی رابردووەوە ئەمڕۆ سەرکەوتوو و سەر بڵندن. لێهاتوویی، توانا و پێشینەکانیان سەلماندووە. لەڕاستیدا ئەم سەرکەوتنانە دەربڕی بە چاکی گوزەراندنی کێشە و کارەساتەکانی ژیانن. بەڵاو کارەسات کاتێک روودەدن کە بە بوونی دایک و باوکێکی دەوڵەمەند و ماڵ حاڵێکی گونجاو بەو شێوەی کە پێویستە ئەزموونی ژیان کۆنەکەنەوە و لە

فایلی ژیاندا شوێنەداری سەرکەوتن بەرچاو نەکەوێت. جگە لەمانە، دەورووبەرتان هێندە کورت بین و بێ ئاگا نین کە ئەم رووداوانە بە رووتاندا بکێشنەوە یان بە هۆکاری لاوازی دابنێن.

لە کۆتاییدا سەرنج راکێشە ئەگەر بەشێک لە نامەکەی چارلی چاپلن کە بۆ کچەکەی جیرالدینی نوسیبوو بخوێنینەوە تا لە شێوازی بیرکردنەوەی کەسانێک ئاگادار بین کە زۆر دەوڵەمەند بوون.

«..... نیوە شەو، هەر کاتێک لە هۆڵی پرشکۆی شانۆ دێیتە دەرەوە، ئەو ستایشکەرە دەوڵەمەندانە لە یاد بکە، بەڵام لەو شوفێرە تەکسییە بپرسە کە تۆ دەگەیەنێتەوە ماڵەوە. حاڵی ژنەکەی بپرسە و ئەگەر دوو گیان بوو و پارەی کڕینی پۆشاکی منداڵەکەی نەبوو بە پەنهانی هەندێک پارە بخە گیرفانییەوە.......

کچەکەم جیرالدین، چەکێکی پارەی سپی واژۆ کراوم بۆ ناردی کە هەر چەندت ویست لەسەری بنووسی و شمەکی پێبکڕیت، بەڵام هەر کاتێک ویستت دوو فرانک خەرج بکەی بۆ خۆت، سێیەم فرانک هی من نییە، بەڵکو بۆ ئەو هەژارە بێ کەسەیە کە ئەمشەو پێویستی بە یەک فرانکە. گەڕانی ناوێت ئەم کەم دەستە بێ کەسانە بدۆزێتەوە، ئەگەر بتەوێت لە هەموو شوێنێکدا هەن. فەرمانم داوە بە نوێیەرەکەم لە پاریس کە بۆ ئەم کارانەت بێ چەند و چۆن پارە لەبەر دەستتدا دابنێت، بەڵام بۆ شتەکانی تر دەبێت پسوولەکانی کڕین، بنێریت....».



کورتەی بەشی شەشەم

* ژیرانە خۆت بخە مەترسییەوە، بە کاری زیاتر داهاتت زیاد دەکات و خۆشگوزەرانەتر دەژیت، پاداشتی خۆت بە ئەندازەی لێهاتوویی خۆت لە ژیان داوا بکە.

* ماڵ و سامان کۆکردنەوە لە ئاستی گونجاودا نەک تەنها کارێکی ناشیاو نییە بەڵکو لەگەڵ فەراهەم کردنی لایەنەکانی تردا، هۆکارێکی خۆشبەختی و سەرکەوتنی مرۆڤە.

* سەرکەوتن تەنها بەدەستهێنان و وەرگرتن نییە لە کەسانی تر. چەند جوانە کە بە «بەخشین و دەست بڵاوی» ئاوێنەی سەرکەوتن و کامەرانی بن.

* کاتێک لە کێشەی کەسانی دی ئاشنابوویت، دەبێت رێزی ژیان و ئیمکاناتی خۆت بزانیت.

* تۆ بە هۆی کێشەکانی رابردووەوە ئەمڕۆ سەرکەوتوو و سەر بڵندیت و لێهاتوویی و توانا و پێشینەکاریت سەلماندووە.

..بەشی حەوتەم

چۆن لە کات سوود وەربگرین

"ڕێکخستنی کات بۆ ئەنجامدانی کاری زیادە"

«ئەوانەی کە هەرگیز کاتیان نییە، هەر ئەوانەن کە کەمترین کاردەکەن»

– ئارسەر شۆپنهاوەر–

دەبێت کاتی زیادە لەئەم لاو ئەولای کاتەکانی تری شەو و ڕۆژ دەربهێنین، چۆن؟ زۆر بە ئاسانی، باشترین ڕێگای دەستکەوتنی کاتی زیادە جێگۆڕکێی ئەو کاتانەیە کە لە کاروباری بێ نرخ و ناپێویستدا بەکاری دەهێنین، گریمان کاتی ڕۆژانەتان شێوەیەی خوارەوە تێدەپەڕێت:

١– ڕۆیشتن و هاتن (هاتووچۆ)	١.٥ کاتژمێر
٢– تەندروستی و خواردن	١.٥ کاتژمێر
٣– کاری ڕۆژانە	٨ کاتژمێر
٤– خەوتن	٧ کاتژمێر
٥– بێکاری و پشوو	٦ کاتژمێر

لەوانەیە بڵێن کە ٧ کاتژمێر بۆ خەو بۆ تەندروستی جەستەمان بەس نییە، منیش دەبێت بڵێم کە مرۆڤ لە شەو و ڕۆژێکدا زیاتر لە ٧ کاتژمێر زیاتر خەوی ناوێت و زۆر خەوتن تەنها خوویەکە. دەربارەی کاتی ڕۆیشتن و هاتن دەبێت ئاماژە بەوە بکەم کە چونکە زۆرینەی خەڵک دووری نێوان، شوێنی نیشتەجێ بوون و شوێنی کارەکەیان زۆر نییە،

دەتوانرێت هەندێ لەم کاتە بە کاری دیکەوە بگوزەرێنرێت. ئەگەر شوێنی کارەکەشیان دوور بێت، لە ئۆتۆمۆبیلی تایبەتی یان هۆکاری گواستنەوەی گشتی سوود وەردەگرێت. لە بارەی یەکەمدا لە جێی گوێ گرتن لە مۆسیقای ڕادیۆ دەتوانن گوێ لە هەندێ کاسێتی زانستی بگرن و لە بارەی دووەمیشدا لە جێی سەیرکردنی بێ جێ و زەق بوونەوە لە کەسانی تر، دەتوانن سەرقاڵی خوێندنەوەی کتێبێک یان گۆڤارێکی سوودبەخش بن.

بە گشتی ٦ کاتژمێر بێکاری بە سەیرکردنی تەلەفزیۆن و خوێندنەوەی ڕۆژنامە و ڕۆیشتن بۆ میوانی و شتانی ترەوە بەسەر دەبەین، ئەگەر ئەم ٦ کاتژمێرە کەم بکەینەوە بۆ ٤ کاتژمێر، ڕۆژی دوو کاتژمێر کاتی زیادەمان دەبێت بۆ ئەنجامدانی ئەو کارانەی کە خۆمان حەزمان لێیەتی.

لە بیرمان نەچێت کە مەبەست ڕێگرتنیان نییە لە پشوو و سەرگەرمی پێویست و سوودبەخش، یان هاندان نییە بۆ کەم تەرخەمیکردن لە ڕاپەڕاندنی کاروباری خانەوادە و چاودێری کردنی منداڵان. ئەو بابەتەی دەبێت ئاگاداری بین ئەوەیە بە ڕێکخستن و گونجاندنی بێکاری، جگە لەوەی دەگەن بە هەموو کارەکاندا، چەند کاتژمێرێکیش بۆ کاری زیادە دەستدەکەوێت. ئێستا کە ڕاستی ئەم شێوازە دەرکەوت. خۆتان بڕیاری کۆتایی بدەن. جارێکی تر ڕۆژانە وشەی ٣ کاتژمێر لەگەڵ خۆتدا دووبارە بکەرەوە و لە خۆت بپرسە، ئایا بەم کاتە زیادە دەتوانن چ کارێک بکەن.

چۆن کاتی زیادەمان دەستدەکەوێت

«ڕۆژگار بۆ ئەو کەسانەی کە دەزانن چۆن کاتەکانی خۆیان بەسەر دەبەن، زۆر میهرەبانە».

– لۆرد ئاڤیسپۆری–

ئەگەر لە یادتان بێت، لە لاپەڕەکانی پێشوودا چۆنیەتی بڕیاردانی خۆمم بۆ درێژە پێدانی خوێندن باسکرد. بەڵام لەو بابەتەی کە لە چ هەل و مەرجێکدا بووم و بۆ بە دواداچوونی ئامانجەکانم چۆن بە ناچاری گوڕانکاریم بەسەر بەرنامەکانمدا هێنا و دواجار بە چ پلە بەندییەک کاتی زیادەم وەدەستهێنا، هیچ ئاماژەیەکم نەکردووە.

لەو ساڵانەدا من بەڕێوەبەری قوتابخانەیەکی میللی* بووم و ماوەی کارەکەم لە ٨ی بەیانی بۆ ٣ی پاش نێوەڕۆ بوو، بەڵام نازانم چۆن کاتەکانی ترم دەگوزەراند. بڕیاری خوێندن و پەیداکردنی کارێکی نوێ زۆر مێشکمیان سەرقاڵ کردبوو. سەرەتا لە ڕۆژنامەکاندا ئاگادارییەکم بۆ داواکردنی کار لەم ناوەڕۆکەی خوارەوەدا بڵاوکردەوە: لاوێکی چالاک و ڕەفتار جوان بە ئۆتۆمۆبیلی تایبەتی خۆیەوە بە دوای کاردا دەگەڕێت. پاش وتووێژ لەگەڵ چەند کەسێکدا سەرەنجام لەگەڵ یەکێکیاندا گەشتینە ئەنجام، چونکە ئەو توانایەم هەبوو کە ماوەی ئەم کارە لەگەڵ کاتەکانی بێکاریمدا ڕێکبخەم.

کاری تازەم شوفێری بوو بۆ قوتابخانەیەکی بچووک، بەم جۆرە ژمارەیەک لە قوتابیانم بە دوو جار دەبردنە قوتابخانە و دوای نیوەڕۆانیش بۆ ماڵەوە دەمگەڕاندنەوە. کارێکی ئاسان بوو، بەیانیان دوای گەیاندنی منداڵەکان خێرا بۆ ئەو قوتابخانەیەی کە بەڕێوەبەری بووم دەڕۆیشتم و پاش نیوەڕوان دووبارە بۆ گەیاندنی منداڵەکان دەڕۆیشتمەوە سەر شوێنی کارە نوێیەکەم.

لەبەر ئەوەی هاوکات لەگەڵ سەرقاڵ بوون لە بواری بەڕێوەبەرێتی قوتابخانەیەکدا، شوفێریم بۆ قوتابخانەیەکی تر گرتبووە ئەستۆ، دوای کۆتایی کاری ڕۆژانە لە قوتابخانەیەکی ئێواران پۆلی شەشەمی ئامادەیم دەخوێند. ئەم بارودۆخە ساڵێکی خایاند، ئەو کاتەی کە بڕوانامەی دیپلۆمم وەرگرت، بوومە خاوەنی داهاتێکی نوێ، بەڵام لە ساڵی دواییدا قوتابخانەکە ئۆتۆمبێلێکی تایبەتیان کڕی و منیش کارەکەم لە دەستدا.

یادگارییە خۆشەکانی ئەو ساڵە، بەتایبەت ئەو پەیوەندییە بە تینەی لەگەڵ ئەو منداڵانەدا کە بەرپرسی هێنان و بردنیان بووم، هەرگیز لە یادم ناچن. لە ڕۆژی جەژنەکاندا دیاریان بۆ دەهێنام و بەم کارە خۆشحاڵیان دەکردم، لەبەر ئەوەی لە بارەی لە بواری بەڕێوەبەری هیچ شتێکم پێ نەوتبوون پەیوەندییەکی باشمان هەبوو.

بە لە دەستدانی کاری تازە، گەیشتمە ئەو بڕیارەی کە لە پۆستی بەڕێوەبەری قوتابخانە، کە تەنها پلەیەک بوو داهاتوویەکی باشی نەبوو، دەست لە کار بکێشمەوە، پاشان وەک مامۆستایەک لە قوتابخانەیەکدا سەرقاڵ بووم تا ٤.٥ی پاش نیوەڕۆ وانەم

دەگوتەوە، چونکە بەیانیان بە تەواوی دەستم بە تاڵ بوو، لاپەڕەی ڕۆژنامەکەم هەڵدەدایەوە بۆ پەیداکردنی کارێکی نوێ، دوای هەوڵێکی کەم، وەک فرۆشیار لە کۆمپانیایەکدا دامەزرام.

بەم جۆرە بەرنامەی ڕۆژانەم کاری جۆراوجۆری لە خۆدەگرت، لە بەیانییەوە تا ١٢ی نیوەڕۆ لە کۆمپانیادا فرۆشیاریم دەکرد، لە کاتژمێر ١ تا ٤.٥ی پاش نیوەڕۆ مامۆستاییم دەکرد، لە کاتژمێر ٥ تا ٩ی نیوەڕۆ لە خولەکانی بەهێزکردنی کۆنکوردا بەشداریم دەکرد. لەبەر ئەوە لە ٨ی بەیانی تا ٩ی شەو بەردەوام لە چالاکی دابووم.

بیلدۆزەر

ئێمە زیندووین چونکە دەجوڵێین

بزانین کە وەستان لەناوچوونی ئێمەیە

- ابو طالب کەلیم -

هەریەک لە ئێمە کەم تا زۆر لە کاری بیلدۆزەر ئاگادارین و دەزانین کە ئەو ئامێرە بە هێزە دەتوانێت هەموو ڕێگرەکان لەسەر ڕێیدا لەناوببات، چ شاخ و چ بەرد و باڵاخانەیەک هەیە کە تائێستا بە هێزی ئەم ئامێرە وێران نەکرابن و تێک نەشکابن.. مرۆڤی ئەم سەردەمە دەتوانێت هەروەک بیلدۆزەر کارابێت بە مەرجێک بۆ زاڵبوون بەسەر هەر کێشەیەکدا متمانە بخاتە سەر هێزی ناوەکی و دەروونی خۆی. بەڕاستی مرۆڤێک کە دروستکەری بیلدۆزەرە، دەبێت لە دروستکراوەکەی بەهێزتر بێت. منیش ئەم هەستەم لە خۆمدا دۆزییەوە، و خۆمم دڵنیاکردەوە کە توانای چارەسەرکردنی هەموو کێشەکانی ژیانم هەیە و ئەم «باوەڕ بەخۆ بوون»ە هەستی متمانە بەخۆ بوونی تێدا بەهێزکردم، بە جۆرێک کە ئەنجامدانی هەر کارێک هاوڕێ بوو لەگەڵ سەرکەوتندا و دەمتوانی بۆ باشکردنی هەل و مەرجی خۆم بە سادەیی بڕیاری نوێ بدەم و بەرنامەی پێشنیەکانم زۆرتر گۆڕانکاری پێبدەم، ڕووەو سەرکەوتن.

هاوینان کە قوتابخانەکان دادەخران، هەروەها ئەو پشووە ڕەسمیانەی کە بەهۆی بۆنە جۆراوجۆرەکانەوە بە درێژایی ساڵ دەهاتنە پێش، کاتێکی زۆرترم بۆ فرۆشیاری تەرخان دەکرد و کاتی تاقیکردنەوەکان ناچاردەبووم خەریکی خوێندنەوەی وانەکان بم و بە

شێوەیەکی کاتی واز لە فرۆشیاری بهێنم، دوای تەواوکردنی تاقیکردنەوەکان دووبارە سەرقاڵ دەبوومەوە. هەموو بیر و خەیاڵم رووەو ئامانجە سەرکییەکەم بوو، بۆ گەیشتن بە سەرکەوتن ئامادەبووم لە هەموو تواناکان سوود وەربگرم. لەبەر ئەوە هەڵسوکەوتم لەگەڵ ئەو کەسانەدا دەکرد کە یارمەتیان دەدام بەرەو ئامانجەکەم.

بەو روون کردنەوانە لەوانەیە واهەستبکەن کە تەنها بە دوای ئامانجەکەم دابووم، خۆم بێبەش کردووە لە هەر پشوو و سەرگەرمییەک، نەخێر، بەم جۆرە نەبوو، سەرەڕای سەرقاڵی زۆر زۆر لە پشووەکان لەگەڵ خێزانەکەم دەرۆشتینە دەرەوەی شار و لە هەفتەیەکدا دووجار وەرزشی تۆپی باڵام دەکرد. هەندێ لە بەیانیان بەپێ بەرەو شاخەکان دەرۆشتم، سوودم لە هەوای پاک و چێژی کێوەکان وەردەگرت، بەشداری میوانەکانم دەکرد تەنانەت هەندێ کاتیش دەرۆیشتم بۆ تەماشاکردنی یاری تۆپی پێ. بەڵام کاتێک تاقی کردنەوە لە پێشدا بوو لە سەیرکردنی ئەو بەرنامە تەلەفزیۆنیانەی کە حەزم لێبوون، خۆم بێ بەش دەکرد. لە بیرمە ئەو شەوانەی لە سەریان وانەکانم دەخوێندەوە و هەوڵم دەدا، کاتێک بەرنامەیەکی تەلەفزیۆنی باش پەخش دەکرا، هاوسەرەکەم بانگی دەکردم و منیش چەند خولەکێک سەیرم دەکرد و پاشان دووبارە بەجێم دەهێشت. بۆ گەیشتن بە ئامانجە گەورەکان دەبێت لە خوشییە بچووکەکان خۆ بە دوور بگرین؟ باشە، منیش ئەم شێوازەم هەڵبژاردبوو.

پێشوازی سادە

لەو رۆژانەی کە بەسەختی خەریکی وانەبووم، کاری زیادەم دەخستە لاو و تەنها بە مووچەی مامۆستایی پشتم دەبەست. لە ئەنجامدا بارودۆخی دارایی ماڵەوە خراپ بوو، رۆژێکیان یەکێک لە هاورێ بەرێزەکانم بۆ بینینم سەردانی کردم و بینی بە سەختی سەرقاڵی خوێندنەوەم. تەنها شتێک کە لە ماڵەوە هەمان بوو، تەنها سێوێک و پرتەقاڵێک بوو کە لە پێشوازی میوانەکەمدا بەکارم هێنا. هاورێکەم سەیری قاپە میوە خالییەکەی کردوو وتی: واهەست ناکەیت خوێندن بۆ تۆ درەنگە و چی دی پێویست ناکات تۆ سەرکەویت و بچیتە زانکۆ؟ دەتوانی لەجێی خوێندن کارێکی تر هەڵبژێریت کە داهاتێکی

باشی هەبێت. وەڵامم دایەوە: مەگەر تۆ لە سێو و پرتەقاڵێک زیاتر دەخۆی؟ وتی: مەبەستم سێو و پرتەقال نییە. دەمەوێت بڵێم کە بەبێ هۆ خۆت تووشی سەر ئێشە مەکە........

سوپاسم کرد بۆ ئامۆژگاریەکەی وتم: من پێشتر رێگەیەکەم هەڵبژاردووە و بۆ پەشیمان بونەوەی درەنگە. ئەم رۆژە سەختانە تێدەپەڕن و لە جێگەی رۆژانێکی باشتر پەیدا دەبن.

لە هەمان ساڵدا شەوێکیان دۆستێکی نزیکم دەیویست بۆ ماڵەوەمان بێت، کاتێک لەگەڵ هاوسەرەکەمدا بۆ ئامادەکردنی نانی ئێوارە قسەمان دەکرد، دەرکەوت نە پارەی پێویستمان پێیە و نە هیچ کەرەستەیەکی گونجاویش لە ماڵدا هەیە. هاوسەرکەم وتی: ئەگەر قتویەک رۆن بکریت ئێوارە ئۆملێت دروست دەکەم. لە ماڵ هاتمەدەرەوە. کاتێک ئێوارە لەگەڵ هاورێکەمدا هاتینەوە ماڵ کە دەستم خاڵی بوو هاوسەرەکەم ئاگاداربووەوە کە نەمتوانیوە رۆنەکە بکڕم و ئەو رۆژانە نرخی ٤٥ ریال بوو. ئوملێتی ئەو شەوە بە پاشماوەی کەرەی رۆژانی پێشوو دروستکرا و شەوەکانی دیکە چاکتر لەو شەوە نەبوون، بەڵام هەرگیز بارودۆخ بەو شێوەیە نەما و رۆژانی زۆر باشترمان لە ژیانماندا بەرێکی بەرێکردن. نەداری و کەم دەستی ئەگەر زۆر نەخایەنن، چاویان لێدەپۆشرێت بەڵام ئەگەر سەرەرای ئەو ئیمکانیاتانەی کە ژیان دەیخاتە بەردەستمان کەم تەرخەمی بکەین، دەکەوینە بەرتانە و تەشەری خەڵکی.

لە٩ی شەو هەتا ٨ی بەیانی چی دەکەی؟

پشووی نەورۆز ئەو ساڵە بۆ چەند شارێک سەفەرمان کرد، لەگەڵ ئەم گەشتەدا چاوم بە هاوپۆلی و هاوشارییەکی خۆم کەوت کە ئێستا پزیشگ و نەشتەرگەری چاوە. پرسیاری لە گوزەران و ژیانم کرد و کاتێک کە بەرنامەی رۆژانەم لە ٨ی بەیانیەوە تا ٩ی شەو بۆ باسکرد، بە گاڵتەوە وتی: هاورێی بەرێز لە ٩ی شەو تا ٨ی بەیانی چی دەکەی؟ لە وەڵامدا وتم: یان لە خەودام یان لە خەمی کاری سبەینێم. هاورێکەم وتی: رازی سەرکەوتنت دۆزیوەتەوە، درێژە بە رێگەکەت بدە و دڵنیابە بە ئارەزووەکانت دەگەیت.

دوای چەندین ساڵ رۆژێکیان لەبەردەم دادگادا بەرێکەوت یەکێک لە دۆستەکانم دی کە ناوی د. کورس....بوو دوای هەواڵ پرسی یەکتر، پرسیاری لە گوزەرانم کرد و کاتێک بە خێرایی ئاگاداری کارەکانی رۆژانەم کردو وتی: هەر ساڵێک تۆ دەبینم، خەریکی ئەنجامدانی

کارێکی، ئاخر چۆن بەم هەموو کارە دەگەیت! وەڵامم دایەوە: دواجار ئەم ماوە پڕ سەر ئێشەیە کۆتایی دێت منیش وەک تۆ سەرکەوتوو دەبم، بەڵام بۆ ئەم پرسیارە لە من دەکەیت؟ بۆ لەو پیاوە لوبنانییە ناکەیت کە خاوەنی ٤ ملیارد دۆلارە و ڕۆژانە ٥ کاتژمێر کاردەکات کە ئایا چۆن کارەکانی ڕێک دەخات. پێکەنی وتی: ڕاستە، بە پلەبەندی و ڕێکوپێکی مرۆڤ دەتوانێت بە هەموو کارەکانی بگات و ئەنجامیانبدات.

ڕۆژانە چەند کاتژمێر کاربکەین؟

بە ووردبونەوە لەو بابەتانەی کە باسکران، دەبینین کە کارکردن شتێکی بە سوودە و بۆ جەستە و ڕۆحمان پێویستە، ئەو کەسانەی کە بە درێژایی ڕۆژ هیچ کارێک ناکەن، هەست بە لاوازی و ناخۆشی دەکەن و ئەم هەستە ڕۆژ بە ڕۆژ کاریگەری لە سەرجەستە و ڕۆحیان دروستدەکات.

دەگونجێت بپرسن ڕۆژانە دەبێت چەند کاتژمێر چالاکی بکەین. ئایا هەر ئەو ٨ کاتژمێرە بەسە، زیاد لەوە بۆ نموونە ١٠ تا ١٢ کاتژمێر زیان بە تەندروستی مرۆڤ دەگەیەنیت؟ نەخێر، بەو جۆرە نییە. ١٠ تا ١٢ کاتژمێر کارکردن، بەتایبەت ئەگەر کۆتایی هەفتە پشووی لەگەڵ بێت، هیچ زیانێک بە مرۆڤ ناگەیەنێت.

بەڵێ زیاد کارکردن، لە کاتێکدا مرۆڤ حەز بە کارەکەی بکات، بۆ تەندروستی هیچ زیانێکی نابێت. وڵاتە سەرکەوتوو پێشکەوتووەکان خەڵکەکەیان زیاتر لە ٨ کاتژمێر کاردەکەن، تێکڕای کارکردن لەم وەڵاتانەدا لە نێوان٧ کاتژمێرە بە جۆرێک لە وەڵاتە تازەپێگەیشتووەکاندا تێکڕای کارکردنی بە سوود لە نێوان ١-٣ کاتژمێردایە. بە بەراوردی وڵاتی یابان تێکڕای کارکردنی بەسوود بۆ هەر تاکێک ٧.٥ کاتژمێرە، بۆ وڵاتێکی جیهانی سێیەمیش تێکڕای کارکردن ١ کاتژمێرە. ئەمەش ئەوە نیشاندەدات کە بۆ چی یەکەمیان ئەو تەکنەلۆجیا پێشکەتووەی هەیە و دووەمیان سەرەتایی ترین شێوازەکان بە کاردەهێنێت. خەڵکی کۆریا ئەمرۆ کاتی سەرخوراندنیان نەماوە.

لە بەرنامەی ڕۆژانەیاندا ٢٠ خولەک کاتی بەتاڵ نادۆزینەوە، بە جۆرێک لە وڵاتانی ئێمەدا خەڵکی بە ئاسانی چەندەها کاتژمێر تەنها بۆ گاڵتە و قسەی بێمانا بەکاردەهێنن. کیم

ووچۆنگ خاوەنی دەیان کۆمپانیای گەورە لە کۆریا لە کتێبی «هەموو شەقامێک بەرد ڕێژکراوە بە ئاڵتون»دا وا دەڵێت: «ئێمە لە جیاتی ٩ی بەیانی تا ٥ی پاش نیوەڕۆ، لە ٥ی بەیانییەوە تا ٩ی شەو کاردەکەین».

لەبەر ئەم هۆکارەیە کۆریای باشوور سەرەڕای چەندەها ساڵ لە جەنگ و ماڵ وێرانی، ئەمرۆ بەرهەمەکانی خۆی بۆ زۆربەی وڵاتانی جیهان دەنێرێت. خەڵکانی ئەم وڵاتە زۆر کاردۆست و چالاکن و مەبەستیانە تەکنەلۆجیا لە ڕۆژهەڵاتەوە بۆ ڕۆژئاوا بگوێزنەوە.

چۆن دەبێت سوود لە پەیژە وەربگرین:

تۆماس هوکسلی دەڵێت: «پلەکانی پەیژە بۆ ئەوە دروستنەکراون کە پێیان لەسەر دابنێین و لە هەمان شوێندا بمێنینەوە».

بۆ سوود وەرگرتن لە پەیژەیەک دەبێت ئەم مەرجانەی خوارەوە ڕەچاو بکەین

أ- نابێت لەسەر هەر پلەیەک زیاد لە پێویست ڕابوەستین.

ب- دوای تێپەڕاندنی پلەی یەکەم، نۆرەی پلەی دووەم دەگات.

ج — نابێت کەڵک لە پەیژەیەک وەرگرین کە پلەکانی شکاون.

د — سەرەتا دەبێ جێ پێمان قایم بکەین ئەو جاهەنگاوبنێین.

ه- دوای سوود وەرگرتن لە پەیژەکە نابێت بیشکێنین، چونکە لەوانەیە ڕێگەی گەڕانەوە نەبێت.

تێگەشتن لەو خاڵانەی سەرەوە زۆر ئاسانە و نامەوێت زۆر شیانبکەمەوە مەبەستم زیاتر نیشاندانی ئەو ڕاستییەیە کە بە چاک سوود وەرگرتن لە کات و شوێن و مامەڵەیەکی دروست لەگەڵ هەل و مەرجە پێشهاتووەکاندا دەتوانین ڕەهەندی ژیانی خۆمان بەرهەمدار بکەین و ئامانجی خوازراو بە ئاسانی وەدەست بخەین.

پرۆژەیەکی کات بۆ دانراو:

«یەک مەتر ئاڵتون ناتوانێت مەترێک کات بکرێت»

- پەندێکی یابانی-

ئەگەر ویستی گەشتێکت هەبێت بۆ شوێنێک کە زۆر دووریش نەبێت، سەرەتا بابەتێک بە مێشکماندا دێت کە ئایا لەگەڵ کێ و لە چ کاتێکدا بڕۆین و لە چ هۆکارێکی گواستنەوە سوود وەربگرین. کاتێک بۆ سەفەرێکی کورت ناچارین بەرنامە ڕێژی بکەین، ئەی بۆ نابێت بۆ بەرنامەیەکی دروست پێش وەخت بەرنامەڕێژیکراو دەست بدەینە کارگەلێکی گرنگ؟.

پێش دەستپێکردنی هەر کارێک دەبێت قوناغەکانی جێبەجێ کردنی دیاری بکەین. بێگومان کرداری تر ئەوەیە کە بەرنامە ڕێکخراوەکە یادداشت بکەین، و لە شوێنێکدا دایبنێین کە لە بەردەستدا بێت.

ئەوەی کە ئێوە بە دوای چ ئامانجێکەوەن، گرنگی نییە، مەبەست ئەوەیە بۆ گەیشتن بە هەر ئامانجێک سەرەتا دەبێت بەرنامەیەکی چڕوپڕ لەسەر بنەمای کات دابڕێژین و پاشان دەست بە کار بکەین.

دووبارە هەڵسەنگاندنی بەرنامە و پرۆژەکان

«باشترین ئامرازی سەرکەوتن، هەبوونی زانیاری راست و دروستە»

- گامۆ-

دەگونجێت لە کاتی جێبەجێ کردنی پرۆژە و بەرنامەکاندا، هەستبکەیت کە لە هەندێک لایەندا بە هەڵەدا چوویت، بۆ نموونە: لەوانەیە نەتوانیت باشتر بە هەندی لە کارەکان بگەیت یان هەندێک کات کارەکان بە برێک پارەی کەمتر بە ئەنجامبگەیەنێت، بەڵام بە داخەوە سەرکەوتوونەبوویێت. باشە، راست کردنەوەی ئەم جۆرە هەڵانە هێندە سەخت نییە، بە تەماشاکردنێکی نوێ بەسەر بەرنامە نووسراوەکاندا و هەروەها بە دووبارە هەڵسەنگاندنی هەوڵبدەن کەم و کورتییەکان لەناو ببەن و داهێنانی نوێ و ڕێگە

چارەی کرداری و ئاسانتر بدۆزنەوە، هەمیشە ئەم پرسیارانە لە خۆتان بکەن کە چارەنووسی پرۆژەکانتانیان لە ئەستۆدایە.

* ئایا پرۆژەکە هێشتا توانایی جێبەجێکردنی هەیە؟
* هێشتا بە جێبەجێ کردنەکەی دڵخۆشیت؟
* پرۆژەیەکی سوودمەندە؟
* پێویستی بە راستکردنەوەو چەکوشکاری هەیە؟
* بە ئەندازەی پێویست کاتی گونجاوی بۆ دانراوە؟

ئەم پرسیارە و چەندین پرسیاری دیکە پەیوەندیان بە کارەکەوە هەیە دێن بەمێشکدا. ئەگەر کۆمپیوتەرێک هەبێت بەرنامەی کارەکانی پێ بسپێرین شێوازی گۆڕان و چاک سازی ئاسانتر دەبێت، دوای تەواوکردنی، هەمەلایەنەی بەرنامەکان و لابردنی هەڵەکانی، دووبارە دەست بە کاربکەنەوە.

بە جۆرێک باوەڕتان بە پرۆژەکەتان هەبێت، «دووبارە چاوخشاندن»ەکان نەک تەنها ماندووتان ناکەن بەڵکو لە دوایدا چارەسازی کێشەکانیان بە دوادا دێت.

گرێ کوێرەکان کاتێک ناکرێنەوە کە ئامانجی بە دواداچوونی پرۆژەیەکی سوود بەخش، یان ئامانجێکی دروست لە ئێوەدا لاواز بێت و هێدی هێدی لەناو بچێت.

بەرنامە ڕێژی لاوێکی سادە:

بۆ ئەوەی هێندەش بەجدیی قسە نەکەین سەرتان بە ئامۆژگارییە جۆراوجۆرەکان نەئێشینم، ڕێگەم بدەن بەرنامە ڕێژی لاوێکی گێل و خەیاڵ بڵاوتان بۆ بگێڕمەوە کە لە ١٨ساڵیدا دووبارە بیری لە خوێندن کردووەتەوە. ئەم لاوەش وەکو من کە دوای چەندین ساڵ دووری لە کتێب و دەفتەر دووبارە بیری بەردەوام بوونی خوێندنی کەوتە یاد. لەناکاو پەرۆشی وانە خوێندن بوو، دۆستان و هاورێکانی پێیان دەگوت کە بەم تەمەنەو و قەبارە گەورەوە چی دی ناتوانی لە پاڵ منالانی ٧ ساڵیدا دابنیشێت و لە پۆلی یەکەوە دەست پێبکەیت. بەڵام لاوەکە لە وەڵامیاندا گوتی: بۆ چارەسەری ئەم کێشەیە ڕێگەچارەیەکم دۆزیوەتەوە. ئێستاکە تەمەنم زۆر و پەیکەرم زۆر گەورەیە، سەرەتا پۆلی شەشەمی

ئامادەیی دەخوێنم، دوایی ئەوە بۆ پۆلی پێنجەمی ئامادەیی زۆر بۆم ئاسانتر دەبێت. بەم شێوەیە بەردەوام دەبم تادواجار دەگەمە پۆلی یەکەمی سەرەتایی! بەڵگە نەویستە کە دەستدانە هەر کارێک بێ بەرنامە و هەڵسەنگاندن وەک پرۆژەی ئەم لاوە بی َئاگاییە کە دەیویست لە کۆتاوە دەستپێبکات، هیچ ئاکامێکی نابێت.

کورتەی بەشی حەوتەم

※ بە ڕێکخستن و ڕێکوپێک کاتەکانی ڕۆژانە، جگە لەوەی بە هەموو کارەکان دەگەین لە کاتەکانی بێکاریشی زۆرتر سوود وەرگرین.

※ مرۆڤێک کە دروستکەری شۆفلە، دەبێت لە دروستکراوەکەی بەهێز تر بێت.

※ بۆ گەیشتن بە ئامانجە گەورەکان دەبێت خۆشیە بچووکەکان وەلا بخەین.

※ زۆر کارکردن، بەومەرجەی کە مرۆڤ حەز و پەرۆشی بۆ کارەکەی هەبێ زۆر سوود بەخشە.

※ پێش دەستپێکردنی هەر کارێک، دەبێت قۆناغەکانی دیارییکەین.

※ بە دووبارە هەڵسەنگاندنی بەرنامەکانتان دەست بە داهێنانی نوێ و بیر لە دۆزینەوەی ڕێگەچارەی ئاسانتر و کرداری تر بکەنەوە.

※ ئەگەر لە سوود وەرگرتن لەو هەلومەرجەی کە ژیان پێتان دەبەخشێت، کەمتەرخەمی بکەن. لە دواییدا لۆمە دەکرێن.

..بەشی هەشتەم

سەرکەوتنتان پەیوەندی بە جۆری بیرکردنەوەتانەوە هەیە

"رۆما بە شەوێک دروستنەکرا"

«ژینێکی هەڵنەسەنگێنراو شیاوی ژیان تێداکردن نییە»

- سوقرات-

دەڵێن رۆما، شاری جوان و گەورەی مێژوویی بەو بینا بە شکۆیانەوە بە شەوێک دروستنەکراوە. سەدان ساڵ درێژەی کێشا هەتاوەکو رۆما کەوتە سەرپێ. ئەم شارە جوانە فەرمانڕەوایی سەدان پاشا و وەزیر و راوێژکاری بەخۆیەوە دیوە، کە هەر یەکەیان بینایەکیان بۆ زیادکردووە تا رۆما گەیشتووە بەو پلەیەی کە ئەمڕۆ تێبینی دەکەین. هیچ ئامانجێک، بەتایبەت ئەگەر چارەنووسساز و یەکلاکەرەوەی رێگای ژیانمان بوو بێت، بێ هەوڵ و بە دواداچوون نەهاتووەتەبەر، بە هێمنی و کارامەیی و رێکخستن و پلەبەندی هەروەها بە عەشق و باوەڕبوون بە خواست و ئارەزووەکان، هەموو کارێک دەکرێت. بە مەرجێک، هەروەک نیچە دەڵێت: «باخواستی تواناکان لە خۆماندا زیاتر بکەین».

ئیڤان باڤلون دەڵێت: «دوو هۆکار مەرجی سەرەکی سەرکەوتنن، یەکەم «پەرۆشی، دووەم پلەبەندی»». ئەگەر مەبەستی ئەنجامدانی کارێک لە ناخماندا زیندوو رابگرین، پاشان هەنگاو بەهەنگاو بەهێمنی و دان بەخۆداگرتن بە دوای بکەوین، کامەرانی و سەرکەوتن بەرەو رووومان دێت.

هیلن کێلەر کێ بوو؟

«ئیرادە وەک ماتۆرێکە مرۆڤ بەرەو پێش دەبات»

-پەندێکی ئینگلیزی-

کچێکی نابینا، لە گوێیدا کەڕ و لە زمانیشدا لاڵ، ئایا ئەم هەموو دەرد و بەڵایانە بەس نەبوون بۆ ئەم بوونەوەرە بێ گوناهە کە ئومێدی ژیان لەدەستبدات و لاوازی و کەم تواناییەکانی، لە سەرکەوتن بە دووری بخەن؟ بەهەر حاڵ، ئەگەر ژیانی ئەم کچە ئازا و بێ باکە بخوێنینەوە، دەبینین کە بەچەندین بروانامەی جۆراوجۆر گەشتووەتە بەرزی و لە خۆی قارەمانێکی دروستکرد کە مێژوو هاوتای ئەوی لە خۆیەوە نەدیوە. لە ٢٠ساڵیدا ئەدەبیاتی ئەڵمانی و فەرەنسی و ئینگلیزی فێربوو. پاشان لە چەند بوارێکی جیاوازی تردا خوێندی. هێلن کێلەر بەیارمەتی مامۆستاکەی ئان سیولیڤان لە پۆلدا دادەنیشت و بەلێدانی پەنجەکانی لەجەستەی خۆی وشەکانی دەووتەوە و وانەکان فێردەبوو. یازدە کتێبی نووسین، سەبارەت بە ژیانی خۆی فلیمێکی دروستکرد و بۆ خۆشی رۆڵی تێدا بینی. بەدەست خستنەسەر موسیقا چێژی وەردەگرت، هەروەها کاتێک دەستی دەخستەسەر لێوانی کەسی بەرامبەر تێدەگەیشت کەوا چی دەڵێت. ئەگەر هێلن کێلەر رۆژی تەوقەی لەگەڵ کەسێکدا بکردبایە؛ ئەگەر دوای پێنج ساڵ هەمان کارت ئەنجامبدایە، تۆی دەناسییەوە، تەنانەت بەو شەترەنجە تایبەتەی کە بۆ خۆی دروستیکردبوو یاریدەکرد. هێلن کێلەر دیداری لەگەڵ زۆرێک لە سەرۆک کۆمارانی جیهاندا کردووە و گەشتی زۆری کردوون بە سەرتاسەری جیهاندا. ئەو ژنێکی کۆڵنەدەر و شکست نەخواردوو بوو، هەمیشە ئیلهام بەخش بووە بۆ کەسانی دەوروبەر.

بۆ بوون بە خاوەنی پارە دەبێت زۆر خەرج بکەیت!

«خەڵکی تەنها قەرز بە دەوڵەمەندەکان دەدەن»

-پەندێکی فارسی-

دەگونجێت پێکەنینتان بەم قسەیە بێت، چونکە وادیارە بە زیاد خەرجکردن مرۆڤ تووشی بەرشکەست بوون دەبێت. لە بیرتان نەچێت مەبەست لە هێنانی ئەم بابەتە زۆر خەرجکردن و زیادەڕۆیی نییە.

ئەگەر مەبەستتانە ببنە خاوەنی ئۆتۆمبێلێکی نوێ، خانوویەکی گونجاو و رازێنراو بە فەرش و مۆبلیاتێکی جوان، دەبێت بوودجەیەکی زۆر سەرف بکەیت. کە ئەمەش خۆی لە خۆیدا پێویستی بە پارەدار بوون هەیە. باشە ئەم کارە کاتێک دێتە بوون کە زۆر چالاکی و جموجۆڵ بکەیت، پلەی خوێندەواریتان بەرزبکەنەوە.

ماوەی کارکردنتان درێژ بکەنەوە و دواتر هەموو شێوازە گونجاو و دروستەکان بۆ چەنگ کەوتنی داهاتی زۆرتر بەکاربهێنن.

دەست پێوەگرتن جۆرێکە لە رێگاکانی بوون بە خاوەنی پارە، بە مەرجێک پێشتر داهاتێکی باشمان هەبێت، هەتا لە رێی دەست پێوەگرتنەوە برەکەی زیاد بکەین. لەجێی ئەوەی زیاد لە پێویست دەستبگرین بە داراییمانەوە و لە ئاکامدا خێزانەکەمان بخەینە ژێر فشارەوە. بیر و بۆچوونەکانتان بۆ بەدەستهێنانی داهاتێکی زیاتر چڕبکەنەوە. هەندێک هەمیشە ئەو پرسیارانە دەخەنە روو کە لە چ رێگایەکەوە دەبێت داهاتی رۆژانەیان زیاد بکەن. ئەوان لەو باوەڕ دان کە ئەو مووچەیەی کە لە ئەنجامی کاری زیادەوە دەستگیریان دەبێت تەنانەت بەشی ژیانی رۆژانەیان ناکات. وەڵام ئەوەیە: ئەگەر هەمیشە بە وردی و رێکخستن و دان بەخۆداگرتنەوە کارتان کرد و لە کۆتاییدا هەستتان بە ناهەمواری کرد لە شوێنکارەدا، بزانن کە ئەوێ شوێنی گەشەکردنی ئێوە نییە. لەبەر ئەوە گۆڕانکاری بەسەر رێگاکانتاندا بکەن.

لە بیری کارێکی نوێ و شوێنێکی گونجاوی تردا بن. گرنگی بە پێشینەی خزمەتی خۆتان مەدەن. پیشە نوێکان فێربن و لەم رێیەوە توانا و لێهاتوییە بەهێزەکانی خۆتان بسەلمێنن.

لە ئاوێکی کەم ماسی بچووک بەرزدەبێتەوە

«مێشکی ئێمە وەک داینەمۆیەکی هەزار ڤۆڵتییە کە بەداخەوە زۆربەمان تەنها بۆ یەک گڵۆپی بچووک سوودی لێ وەردەگرین».

-ولیام جەیمس-

بەڵێ، راستە. ئامانجی بچووک، کەم کارکردن، تەمەڵی و گوێ پێنەدان، ئێمە بە ئاوێکی کەم دڵخۆش دەکات کە تەنها جێگای ماسییە بچووکەکانە. بەڵام ماسییە گەورەکان لە دەریا

و زەریاکاندا گەورە دەبن. ئەگەر هەموو هێز و توانای جەستەیی و واتایی خۆمان رووە و ئامانجەکانمان چڕبکەینەوە و باوەڕمان بە خۆمان هەبێت، هەورەها ئەگەر هێزی بەرگری و پایەداری لە بەرامبەر ناهەمواررییەکانی رێگای ژیاندا برەو پێبدەین، نەک تەنها سەرکەوتنێکی بەرچاومان دەستدەکەوێت، بەڵکو دەبینە نموونەیەکی جوان و بە پەند و بە ئەزموون بۆ دەوروبەرمان. دەبێت بزانین کە ئێمە سەرچاوەی وزە و هێزین. ئەگەر لەم هێزە نەبڕاو و زیندووە ئەو پەڕی هێز وەربگرین، دەرگاکانی شادی و شادومانی یەک لە دوای یەک بە روماندا دەکرێنەوە و زەردەخەنەی سەرکەوتن لەسەر لێوەکانمان دەنیشێت. ئەگەر دیتان هەندێ لە بابەتەکان لە زۆری لاپەڕەکان دووبارە دەبێتەوە بە زۆر بڵێی و یان بێ ئاگایی نووسەری دامەنێن، من بە مەبەستەوە ئەم جۆرە شێوازەم بەکارهێناوە هەتا بابەتە گرنگ و ئاوەڵاکەرەوەکان چەندین جار دووبارەببنەوە و باشتر لە مێشکدا جێگەی خۆیان بکەنەوە.

رۆژی وەک چۆلەکە

«ئەو بەستەزمانە لە سی ساڵیدا چاوەکانی بە رووی جهاندا داخستن و لە ٦٠ ساڵیدا وەفاتی کرد»

-؟-

پەند و وتە بە نرخەکانی زمان بە کەم مەزانن، چونکە هەمیشە باشترین رێنمابوون بۆ کێشەکانی ژیان و ئەگەر هێندە گرنگ نەبوونایە هەرگیز بەو شێوەیە بە بەردەوامی نەدەمایەوە و وەچە لە دوای وەچە نەدەگوێزرانەوە.

پەند و وتە بەنرخەکانی بیریارە رۆژئاواییەکان گەرچی لە جێی خۆیاندا زۆر بە سوودن، بەڵام نابێت ببنە هۆی ئەوەی کە پەند و وتە زۆر بە نرخ و فێرکەرەکانی زمان و فەرهەنگی خۆمان لە یادبکەین.

«رۆژی وەک چۆلەکە»، واتە کەسێک کە خۆراکی زۆر کەمە، یەکێکە لەو وتە بەنرخانە.

کۆمپانیایەک کە پێشتر من بەرپرسی بەرێوەبەری فرۆشتن بووم تیایدا، لاوێکی ڕوو جوانی کە رووکارێکی زۆر دڵگیری هەبوو، دامەزراند بوو. ئەو سەرپەرشتی ژمارەلێدانی ئۆتۆمبیلەکان بوو، لەم رێیەوە داهاتێکی بەرچاوی خرکردبووەوە و لە هەمان کاتدا بودجەیەکی جێگیری نەبوو.

پاش ماوەیەک ئەم لاوەیان گواستەوە بۆ ئەو بەشەی کە من کارم تیادا دەکرد و هیچ پەیوەندییەکی بە فرۆشتنی ئۆتۆمبیلەوە نەبوو، و داوایان کرد لە بەشی فرۆشتندا کار بکات. من کە رووکەشی ئاراستە و رەفتاری جوانیم دیبوو. قبوولْمکرد. بەرنامەکەمان بەو جۆرە بوو کە فرۆشیار دەبێت رۆژێ بەلای کەمەوە دە هەزار تمەن لە بەرهەمەکانی کۆمپانیا بفرۆشێت. رۆژێکیان بە خۆشحاڵی هاتە ژوورەوە و سی هەزار تمەنی فرۆشتنی خۆی پێ سپاردم و رۆشت. یەک دوو رۆژهەواڵی نەما و پاشان دەرکەوتەوە منیش هۆکاری دیارنەبوونیم پرسی و وتم بۆچی ئەنجامی کارەکانی ئەم یەک دوو رۆژەت نەهێناوە؟ وەڵامیدایەوە: مەگەر تۆ نەتگوت کە دەبێت رۆژێ بەلایەنی کەمەوە دە هەزار تمەن شمەک بفرۆشین؟ باشە، منیش فرۆشتنی سێ رۆژم بە یەکجار ئەنجامدا. لەبەر ئەوە مافی خۆم بوو لەو ماوەیەدا سەردانێکی هاورێیانم بکەم. تێبینی بکەن کە مرۆڤی تەمەڵ و بێ ئامانج و رۆژی وەک چۆلەکە چۆن لەبەر پرسیاریەکان خۆی دەدزێتەوە. بۆم روون کردەوە ئەگەر بتوانیت رۆژی بەهای سی هەزار تمەن یان زیاتر بفرۆشیت، بە هەمان رێژە سوودی زیاتر وەردەگریت و لە ئەنجامدا زووتر دەبیتە خاوەن سامان، بەڵام هێندە نوقمی گەشت و گوزار و بیروبۆچوونی بێ جێ بوو بوو کە هیچ نرخێکی بۆ ئامۆژگارییەکانم دانەنا.

لەنێو چاکترین کەسانی کۆمەڵدا هاورێکانتان هەڵبژێرن

«کەسەکان بە دۆست و هاورێکانیان دەپیۆرێن»

-کیم دورجونگ-

«تۆ سەرەتا بڵێ لەگەڵ کێ دەژیت

ئەوسا من دەڵێم کە کێ و کە چیت»

-سەعدی شیرازی-

دەستەواژەی سەرەوە واتای ئەمەنییە کە کەسە هەژار و بێچارەکان بە کارنەهێنن، بەڵکو دەبێت لە کاتی پێویستدا لەگەڵ ئەوانیشدا پەیوەندی دروستبکەین. بەم جۆرە لە یادتان بێت کە دانیشتن لەگەڵ ئەو جۆرە کەسانەدا لەوانەیە کاریگەری لەسەر ژیانتان دابنێت.

یەکێک لە شێوازە پێشنیارکراوەکان بۆ دەستخستنی سەرکەوتن، هەڵبژاردنی هاورێیە لە نێوان کەسانی بەرجەستە و خێرخواز و گەشبیندا. بە پەیوەندی لەگەڵ ئەم جۆرە کەسانە هەمیشە رێگای نوێ لە ژێر پێتاندا گوشاد دەبێت کە هەرگیز بە بیرتاندا نەهاتووە.

کەسانی کورتبین زۆر جار بە سەرکەوتن و کارامەیی دەوروبەر حەسوودی دەبەن کە ئەمەش نەریتێکی ناپەسەندە. بەڵام بزانن کە خۆزگە خواستن، بە حاڵی کەسانی تر کارێکی ناشیاو نییە. خۆزگە لە کتێبە ئاسمانییەکاندا باسی لێکراوە و جۆرێکە لە ئاوات خوازی بە واتایەکی سادەتر «بەو جۆرە بیرۆکە رێبواران رۆیشتن» لەبەر ئەوە ئەگەر لە نێو دۆستان و ئاشنایاندا و رێت کەوتە کەسانی زۆر باش و بەرجەستە هەوڵبدەن پەیوەندییەکی جوان لەگەڵیاندا دروستبکەن لە ئەزموونەکانیان رووە و ئامانجەکان سوودی تەواو وەربگرن. بۆ نموونە، ئەگەر بەدوای پیشەیەک یان ئامانجێکیت، سوود لەو هاورێیانە وەربگرن کە کارەکەیان بە جۆرێک پەیوەندی بەکارەکەتانەوە هەیە. ئەگەر دەتەوێت فەرش فرۆشێکی باش بیت دەبێت هاورێکەت لە نێو فرۆشیاران و بەرهەم هێنەران و هاوردەکەرانی فەرش و خاوەن کارخانەکان و خوری فرۆشەکاندا،.... هەڵبژێریت و ئەو کتێبانەی لەبارەی فەرش فرشییەوە نووسراون، بخوێنەوە، هەروەها سەردانی پێشانگاکانی فەرش بکەیت.

بەخەیاڵەوە مەژین

«ئەنجامی ئیرادەی لاواز، قسەیە و ئەنجامی ئیرادەی بەهێز، کردارە»

-گوستاف بۆبۆن-

بەداخەوە زۆر لە کەسانی کۆمەڵگە لە جێی بەرنامە رێژی بۆ ئامانجەکان و هەڵبژاردنی رێگە چارەی کرداری، بۆ چەندین رۆژ و مانگ و چەندین ساڵ بیروبۆچوون و ئامانجەکانی مێشکیان دەهێنن و دەبەن و هەرگیز هەلی دەرکەوتنیان پێنادەن، لە حاڵێکدا ئەگەر بەشێک لەم بیرانەی بهێنرێنە بوون، بە سەرکەوتن کۆتایی دێت. کەسانێک کە هەمیشە لە خەیاڵی خاودا دەژین، بەرە بەرە تووشی وەهمێک دەبن و لە بۆچوون و

خەیاڵی خۆیاندا هەموو پلانەکانیان رادەپەڕێنن، بەڵام بێ ئاگان لەوەی کە هێشتا لە خاڵی دەستپێکردندا پەلەقاژە دەکەن.

ئەم بابەتە لە کتێبە دەرونزانییەکاندا بەشێوەیەکی دوورودرێژ شیکراوەتەوە و ئەگەر ئارەزووت کرد دەتوانیت بەم کتێبانەدا بچیتەوە. بە بۆچوونی من هەر جۆرە بەرنامەڕێژییەک دەبێت هاوشان بێت لەگەڵ واقیع و توانستەکاندا.

ئایدیا بەهێزەکان دەبێت بەخێرایی بکرێنە کردار تا رێگەی سەرکەوتنمان بۆ پەیدا بکات. بێگومان بن لەوەی کە خەیاڵ بڵاوی و خەون پەروەری بە هیچ جێیەکمان ناگەیەنن. تێبینی ئەم داستانە بکەن کە لەگەڵ سەرگەرم کردندا، هەندێ خاڵی بە نرخی لێوەردەگرن.

هاوڕێی خەیاڵاوی من

«راوێژ مەکە لەگەڵ کەسێکی گرفتار بەخۆ، برسی و هەراسان ، هەرچەندە خاوەنی ڕابێت»

-ئیبن ساعیدە-

هاورێیەکی زۆر خەیاڵ بلاوم هەبوو، کە هەمیشە ئارەزووی مەحاڵ و بەرزە فڕانەی لەسەردا بوون، بە جۆرێک کە لە بەراوردکردنی خواستەکانیدا هەمیشە رووبەرووی شکست دەبووەوە.

ڕۆژێکیان هاتە نووسینگەکەم و داوای لێکردم کە بە یەک دوو کەسی دەوڵەمەندی بناسێنم هەتاوەکو پرۆژەکانی بخاتە بەردەمیان و بۆیان روون بکاتەوە. دەیویست کۆمپانیایەک بخاتە گەڕ و منیش بکاتە هاوبەشی خۆی، بە کورتی هەموومان بە سەروەت و سامان بگەیەنێت. لە دوو کەس لە کەسە بە ئەزموون و دەوڵەمەندەکان، لە هەمانکاتدا زۆر زرنگ، داخوازیم کرد لەگەڵیدا گفتگۆ بکەن. لە یەکەم دانیشتندا وتووێژێکی بەڕێزانەیان سازدا و گوێیان بۆ راگرت، پێش خواحافیزی وتیان کە سێ رۆژی تر کاتژمێر ١٠ی بەیانی بۆ درێژەدان بە وتووێژەکان لەوێ ئامادەبین. دوای رۆیشتنی ئەوان، هاوڕێکەم زۆر خۆشحاڵ و دەم بە خەندە بوو، بەڵام لە ناخمدا لە ئەنجامی ئەو کۆبوونەوەیە ناڕازی بووم. لە رۆژی دیاریکراودا نەک تەنها لە نووسینگە ئامادەنەبوون. بەڵکو پاشەکشێی خۆشیان لە دانیشتنەکە رانەگەیاند پێمان. زۆر

غەمبار بووین. دۆستەکەم بە دڵ ئێشانەوە خواحافیزی لێکردم و رۆیشت. تەلەفۆنم بۆ شوێنکاری کاک مەحمود... کرد و هۆکاری ئامادە نەبوونیانم لە کۆبوونەوەکەدا پرسی. ئەو پیاوێکی سەرکەوتوو بە هۆش بوو، وتی: هاوڕێی خۆشەویست، من ئارەزووی ئەم کارەم نییە. پرسیارم لە هۆکەی کرد و ئەویش رووداوێکی بۆ گێڕامەوە.

گوندنیشین و گوێ درێژەکەی

«ئەوەی کە هەیت، باشتر تۆ دەناسێنێت لەوەی کە دەیڵێیت»

-رالف ئیمیرسۆن-

گوند نشینێک لە ماڵی دونیا تەنها گوێ درێژێک و چەند توورەکەیەک و برێک لە گەنمی هەبوو. رۆژێکیان گەنمەکانی کردە ناو تاکە توورەکەیەک. بە گوێ درێژەکەی بارکرد و هەروەها خۆشی بە پیادە بەرێ کەوت.

هەر چەند هەنگاوێک دەڕۆیشت و گەنمی ناو توورەکەکە «لاسەنگ» دەبوو. خوار دەبووەوە، گوندنشینەکە ناچار دەبوو دووبارە رێکی بکاتەوە. لەو کاتەدا پیاوێک پێی گەیشت و وتی: ئەمە چ جۆرە بارکردنێکە؟ بۆچی گەنمەکە ناکەیت بە دووبەشەوە هەر بەشێکیان بخەیتە ناوتورەکەیەک، بۆچی خۆشت سواری ئاژەڵەکە نابیت؟ پیاوە گوندنشینەکە بەسەر سوڕمانەوە وتی: تۆ چەند ژیر و من چەند نەزانم.

نەکا پێغەمبەر بیت و هەموو شتێک بزانیت! خێرا بە گوێی رێبوارەکەی کرد و پێش ئەوەی بەرێ بکەوێت، پرسیاری کرد: تۆ بەم هەموو هۆش و ژیرییەوە کارت چییە؟ پیاوەکە وەڵامی دایەوە: پیشەیەکی تایبەتیم نییە. دووبارە پرسی کەواتە زۆر دەوڵەمەندیت؟ وەڵامی دایەوە: نەخێر.

گوتی: دەی چونکە داناییت، لەم رێگەوە رۆزی خۆت دەخویت، لە وەڵامدا گوتی: نەخێر. دواجار گوندنشینەکە وتی: کەواتە تۆ چ کارەی، رێبوارەکە وتی هیچ کارەنیم، بەڵام ئێستا بێکارم. گوندنشینەکە بە تورەییەوە لەسەر گوێ درێژەکەی هاتەخوارەوە، و دووبارە گەنمەکانی خستەوە ناو یەک تورەکە و رێگەی خۆی گرتەبەر.



پیاوەکە پرسیاری کرد: تۆ زۆر باسی منت کرد و بەداهێنانەکەم خۆشحاڵ بوویت، بۆچی رات گۆڕی؟ گوندنشین وتی: تۆ ئەگەر شتێکت دەزانی، لە ماڵی دونیا بێ نیاز دەبوویت. ئێستا کە کارێکت نییە، وتەکانت هیچ کەڵکیان نییە، من دەمەوێت ئاژەڵەکەم بەگوێرەی خۆم لێ خورم، هیچ گرنگیەک بەوتەکانت نادەم.

هاوڕێکەم دوای گێڕانەوەی ئەم بەسەر هاتە کەمێک وەستا و وتی: انشاءالله- لە دوای داو لە چەند کاروباری تردا لەگەڵ تۆ هاوکاریمان دەبێت، بەڵام لە هاوبەش بوونی ئەو دۆستەتان من بە دووربگرن. لە وتەکانیدا زۆر شت فێربووم، هەوڵمدا بۆ هەمیشە هاوڕێیەتیم لەگەڵیدا بپارێزم.

پارە پەیداکردنی گێلەپیاوێک

«خودا دانەوێلە دەداتە هەر باڵندەیەک، بەڵام بۆی ناخاتە ناو هێلانەکەی»

-جەی.جی. هۆلاندی-

گەرچی ئەم پەرتووکە کاری لێکۆڵینەوەیە و هەموو بابەتەکانی جیدین، بەڵام رێگەم بدەن هەندێ جار هەندێ نوکتە بەشێوەی تەنز ئاسا باس بکەین، هەتا خەندەیەک بێت لەسەر لێوانتان و لە خوێندنەوەی بابەتەکان ماندوو نەبن.

پیاوێک بیستبووی لە شارە گەورەکاندا پارە لە شەقامەکاندا رژاوە و کەس نییە کۆی بکاتەوە. بە خۆشحاڵییەوە بە هاوسەرەکەی وت: لە شارە گەورەکاندا پارە زۆرە، بابڕوین ئەوانە کۆبکەینەوە و لەشەڕ و زەحمەتی کار رزگارمان ببێت. کۆڵی سەفەریان پێچایەوە و بەرەو شار هاتن. پاش ئەوەی لە وێستگەی گەشتیاران هاتنە دەرەوە، بە رێکەوت بینی پارەیەکی کاغەزی ٥٠ تمەنی لەسەر زەوی کەوتووە. ژنەکە چەمایەوە و وتی: سەرەتاکەی من دۆزیمەوە. بەڵام پیاوەکە وتی: هێشتا کات زۆرە. ئێستا ماندووین، پاشان لە هەلی گونجاودا هەموویان کۆدەکەینەوە!!! و پارەکەیان هەڵنەگرت هەرچەندە ئەم داستانە راستی نییە، بەڵام زمان حاڵی کەسانێکە کە دەیانەوێت بەبێ هەوڵ و کۆشش بەمەرامی دڵی خۆیان بگەن.

کورتەی بەشی هەشتەم

※ «پەرۆشی» و «پلەبەندی» دوو مەرجی سەرەکی سەرکەوتنن.

※ بیروبۆچوونەکانتان لە وە دەستهێنانی داهاتی نوێدا چڕبکەنەوە.

※ ئێمە سەرچاوەی هێز و وزەین. ئەگەر سوود لەم توانا نەمرە وەربگرین، دەرگاکانی شادی و شادومانی یەک لە دوای یەک بە رووماندا ئاوەڵا دەبن.

※ بۆ سەرکەوتن زۆرترینی هاوڕێکانتان لە نێو کەسە بەرجەستە و خێرخواز و گەش بینەکاندا هەڵبژێرن.

※ بە خەون و خەیاڵ بیرمەکەنەوە. هەر جۆرە بەرنامە رێژییەک دەبێت هاو ئاهەنگ بێت لەگەڵ واقیع و توانستەکانی ژیانمان.

※ ئایدیا و ئارەزوون بە هێزەکان دەبێت هەرچی زووترە بیانخەینە قالبی کردارەوە هەتا رێگەکەتان بۆ سەرکەوتن هەموار بێت.

..بەشی نۆیەم

مرۆڤ نیازی بەکارکردن هەیە

"دەفتەرچەی کاتژمێری"*

«کاریگەری لاوازترین نووسینەکان , زیاترە لە بەهێزترین دەرخ کراوەکان»

-؟؟-

* ئەم ناونیشانە لە مامۆستای گەورە (ابراهیم خواجە نوری) نووسەری بەناوبانگ و دامەزرێنەری قوتابخانەی (پناه)ەوە وەرگرتووە.

مامۆستا ابراهیم خواجە نوری نووسەری بەناوبانگی (ئەکتەرانی چەرخی زێرین) و (سەرسوڕهێنەریەکانی جیهانی دەرەوە) و چەندین کتێبی ترە. خواجە نوری سالآنێکی زۆر کاتی خۆی لە ناسینی قوتابخانە جۆربەجۆرەکانی دەروون ناسیدا بەسەر برد، لە ۲۰ سالّی کۆتایی ژیانیدا هەستا بە دامەزراندنی قوتابخانەی «پناه» (پەروەردەی هێزی مرۆیی) کە ئەمڕۆ قوتابییەکانی ئەو پایە بەرزە, درێژەی پێ دەدەن.

ئەم قوتابخانەیە دەڵێت: «ئێستا یەکلایی بووەتەوە کە لە چارەنووسی چاك و خراپی تۆدا هیچ بوونەورێك کاریگەرتر نییە لە خودی تۆ، ئایا هیچ کارێك لەوە پێویست ترە کە خۆت، خۆت بناسیت، لە خالّە لاوازەکان و تواناکانی رۆح و سۆزداری خۆت ئاگادار بیت و بە یارمەتی خالّە لاوازەکان چاکسازی بکەیت و خالّە بەهێزە رۆحییەکانت بەهێزبکەی».

کوبوونەوەکانی «پناه» بەشێوەیەکی ئاسان و بەبێ بەرامبەر یارمەتی داواکاران ئەدەن. تا کێشە و هەڵسوکەوتەکانیان چارەسەر بکەن.

کەسە سەرکەوتووەکان زۆر جار شێوازێک هەڵدەبژێرن کە لە ئامانج نزیکتریان بکاتەوە، یەکێک لەو شێوازانە سوود وەرگرتنە لە دەفتەرچەی کاتژمێری یان هەمان ئەو دەفتەرە بچووکەی کە بۆ یادداشت کردن بەکاری دەهێنن.

دەفتەری کاتژمێری ئامرازێکە کە ئامانجە روونەکان بەرەو پێش دەبات، ئەمڕۆ بەڕێوەبەرانی کارخانە و کۆمپانیاکان و کارمەندانی چالآک و بازرگان و هەمووان بە بەکارهێنانی ئەم شێوازە کارەکانی خۆیان رێکدەخەن و رادەپەڕێنن. سکرتێرەکان بەرپرسن کە کاتەکانی دیداری سەرۆکەکانی خۆیان لەم جۆرە دەفتەرچەیەدا یاداشت بکەن.

ئاشکرایە کە هەریەک لە ئێمە لە ژیاندا بەرپرسی ئەنجامدانی کارێکین کە هەروەک کۆڵێکی پڕ لە پارچە ئاسن بەسەر شانمانەوە فشارمان بۆ دروستدەکات. بە بەرهەم گەیاندنی هەریەک لە کارەکان بە تەواوی وەک دەرهێنانی پارچە ئاسنێکە کە لە قورسی بارەکەمان کەم بکاتەوە و بە ئارامییەکی رێژەییمان دەگەیەنێت.

بەڵام ئەوەی لەم بوارەدا گرنگی پێدەدرێت. شێوازی بە ئەنجام گەیاندنی کارەکانە و رزگاربوونە لەم کۆڵ و بارە سەختە. یەکێک لە باشترین رێگاکانی بە ئەنجامگەیاندنێکی ورد و دروست، نووسینیەتی لە دەفتەرچەی رۆژانەدا. سوود وەرگرتن لە دەفتەرچەی رۆژانە چەند مەرجێکی هەیە کە بە رەچاوکردنی، کارەکانمان ئاسان دەبن. شێوازەکە بەو جۆرەیە کە دەبێت کارەکانی داهاتوو بەگوێرەی زوویی و درەنگی کات و پلەی گرنگییەکەیان لە دەفتەرچەکەدا بنووسرێن پاشان ریزیان بکەین بە رەچاوکردنی هەلومەرجی راپەڕاندنیان و دەست پێوەگرتن لە کاتدا و بە دەستهێنانی سوودەکانیان.

پاش ئەنجامدانی هەر کارێک نیشانەی راست (√) لە بەردەمیدا دابنێن و بە کۆتایی هێنراو ناوەزەدبکرێن و ئەو کارانەی لەبەر هەر هۆیەک نەکراون، هاوڕێ لەگەڵ کارە نوێکاندا، بۆ لاپەڕەی دواتر بگوێزرێنەوە و بەم شێوازە تاجێبەجێ کردنی تەواوی بەرنامەکانتان درێژە پێبدەن.

باشە، تائێرە هیچ بابەتێکی تازە باس نەکرا، چونکە هەریەک لە ئێوە لە چەند و چۆنی ئەم شێوازە ئاشنان و بە جۆرێک لە جۆرەکان بەکاری دەهێنن و بابەتێک کە دەبێت رەچاوی بکەین، جیاکەرەوە و تایبەتمەندییەکانی ئەم شێوازەن!

ا- بەیادداشتی کارەکان و بەرنامەڕێژی بۆ ئەنجامدانیان، خەیاڵمان ئاسوودە دەبێت.

ب- هەبوونی ڕێکخستن و تەرتیب و دیاریکردنی کاتی گونجاو بۆ ئەنجامدانی کارەکان، خێرایی و وردیمان لە ڕەهەندی کارەکاندا زیاد دەکات، بەڵام هەلومەرجی وەها دێتە پێش، سەرەڕای بەرنامەڕێژی دروست، لە ئەنجامدانی هەندێک کاردا لاواز دەبین و هەمیشە دەیانخەینە ڕۆژی دواتر کە بێگومان ئەمەش هۆکاری ئاڵۆزتری هەیە:

* نیگەرانی سەرنەکەوتن لە ئەنجامدانی ئەو کارەدا.
* ترسمان هەیە لەوەی نەوەک ئەو بارودۆخەی کە ئێستا هەیە ئاڵۆزتر بێت.
* لە لێهاتوویی و تواناکانی خۆمان دڵنیانین.
* لە ئەگەری شکست و سووکایەتی پێکردن دەترسین.

ئەمانە هەندێک لەو هۆکارانەن کە هەمیشە حەز و پەرۆشی ئەنجامدانی کارەکان خەفە دەکەن و ڕێگری بە دواداچوونی ئەنجامەکان دەبن.

بێکاری کوشندەترە یان کارکردن

«لە سوودەکانی کار ئەوەیە کە ڕۆژگار کورت و تەمەن درێژتر دەکات»

-دێنس دیدێرۆ

زۆرینەی خەڵکی دەڵێن کە لە کاری زیادە ماندووبوون، و پێویستیان بە ماوەیەک بەپشوو هەیە. ڕاستەکەن کاری بەردەوام دوور لە هیچ پشوویەک، بەتایبەت ئەگەر ئارەزووی ئەنجامدانی ئەو کارەشمان نەبێ زۆر ماندووکەرە. بەڵام دەبێ ئەوە ڕەچاوبکەین کە پشووی زیاد لە پێویست و درێژەکێشان تاسنووری بێکاری زۆر ماندووکەرترە لە کارکردن. خولگەی باسەکەمان لەم پەرتووکەدا بەدەستهێنانی سەرکەوتن بەراوردکردنی ئامانجەکانە. بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانیش پێویستە کاربکەین. ئەگەر ئەم کارەش چێژ وەرگرتنی لەگەڵ بێ، پەرۆشیمان بۆ دروستدەکات، ئاسوودەییەک فەراهەم دێنێت کە لە خۆیدا بنەمای خۆشبەختی و خۆشگوزەرانییە.

کاتێک کە ناپلیۆن بۆ جەزیرەی «ئێلپ» دوورخرایەوە وتبووی: «ئەوەی کە من دەکوژێت، لاوازی نییە، بەڵکو بەهێزییە. من توانایەکی زۆرم بۆ کارکردن هەیە، بەڵام دوژمنانم منیان کێشاوەتە ئەم دوورگەیە کە جگە لە پشوو و کتێب خوێندنەوە هیچ کارێکم نییە».

کاریگەری کارکردن

«بۆ دۆزینەوەی ئەڵماس زەوییەکانی خۆتان هەڵبکەنن»

-دێنس ویتای

چەندین سەدە لەمەوپێش **حەزرەتی محمد** (د.خ) فەرموویەتی: «**کار ژەنگی ڕۆح لادەبات**». واتای ئەو وتەیەی سەرەوە ئەوەیە کە بەکارکردن مرۆڤ دەتوانێت ئارامی بە ڕۆح و دەروونی خۆی ببەخشێت، بە پێچەوانەی هەندێکەوە کە باوەڕیان بە ئاسایش و بێ کارییە.

بزاوتن و جموجۆڵ هێز بە جەستە دەبەخشن و ڕۆحیش زیندوو گەشاوە دەکەن. ئەمڕۆ زانستی دەروونناسی بێکاری و بێ ئامانجی بە تەنگ و چەڵەمەیەک دەژمێرێت کە یان بە جوانەمەرگی کۆتاییان دێت یان دڵ مردوویی و نارەحەتی دەخولقێنین. هەست بە بێزاری کردن بە هۆی بێکارییەوە هەروەک خۆرەیەک دەکەوێتە گیانی مرۆڤەوە هەموو پەرۆشی و چالاکییەک لەناو دەبات. بێرتراندرۆسێل دەڵێت: «مرۆڤ ناتوانێت هەمیشە بیر لەناونیشانی پیشە بکاتەوە، هەندێ جاریش پێویستی بە هەندێ سەرکەوتنی بچووک هەیە تا سەرچاوەیەکی وزەی بچووکی هەبێت». سەرکەوتنی بچووک، چونکە بە هۆی کۆششی بەردەوامەوە دێتە بەرهەم، هۆکاری چالاکییە و هەنگاوەکانی داهاتووش بەهێز تر دەکات.

ڕێگا باشترە لە مەنزڵگا

بە ڕێگەی بیاباندا ڕۆیشتن باشترە لە بێکاری کە ئەگەر
مورادم پەیدا نەکرد هەر بە فرەوانی هەوڵئەدەم

-سعدی شیرازی

دەڵێن ڕێگا باشترە لە مەنزڵگا. کەسێک دەست ناداتە هیچ کارێک، هەست بە بێزاری و دەست بەتاڵی دەکات و مرۆڤێک کە هیچ ئارەزوویەکی لەسەردا نییە و هیچ جموجۆڵێک بۆ

کامەرانی لە خۆی نیشاننادات، وەک درەختێکە کە رووکاری دەرەوەی توند بێت، و رەگ و ریشەکەشی سیس و بێ بنچینە و داڕزاو بن. درەختێک تەندروست و گەشاوەیە کە رەگ و ریشەی لەناو خاکدا پتەوبن. رێگە مەدەن خانەنشینی و بێ بەرنامەیی گەنجی و کارامەیتان لێ بسەنێت. دەگونجێت دەیان ئارەزووتان لەسەردا بن، بەڵام کاتێک بەرهەڤ دەبن، کە بۆ راپەڕاندنیان بەرنامەڕێژی کرابێت. **چونکە هەبوونی ئارەزوو بە تەنها سەرکەوتن زامن ناکات.**

پوختەی وتەکانی تۆماس هاریس لە کتێبی **«من باشم، تۆ باشیت»** بەم جۆرەیە:

«هەر ساتێک سەختی و کێشەکان ئێوەیان لە تێکۆشان راوەستاند، کەمێک بیربکەنەوە و لە خۆتان بپرسن ئایا ئەمە تایبەتمەندی منداڵی من نییە کە هەموو شتێکی بە ئامادە و حازری دەوێت».

یان بە گوتەی خانمی **«کارێن هورنێی»**: «منداڵ هەمیشە ئارەزووەکانی خۆی بە راست دەزانێت». وتەکانی **«ویلیام جەیمس»**یش بەم جۆرەن: «بە بەراوردی ئەوەی ئەنجامی دەدەین و ئەوەی لە تواناماندایە، دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە لە خەو و بێداریدا دەست بەکاربووین». بە پشتبەستن بە توانا و لێهاتوویمان و هەروەها بە تێکۆشان و کارامەیی دەبێت درێژە بە رێگای خۆمان بدەین. چونکە وەستان و نەجووڵان هیچ بەرهەمێکیان نەبووە و **لاوازی** و پوکێنەری ژیانە و **بەرگری کردن** دروستکەریەتی.

ژنێکی بەساڵاچوو

«لە هێواش رۆیشتن مەترسە، لە وەستان بترسە».

-پەندێکی چینیە-

پیرە ژنێک هێدی هێدی بە رێیەکدا دەرۆیشت کە لە ناکاو لاوێک دەرکەوت و هەواڵی فرۆشگایەکی لێ پرسی. ژنی بەساڵاچوو پاش ماوەیەک قسە کردن، دواجار نەیتوانی ناونیشانی راست و دروستی بداتێ، پێشنیاری کرد لەگەڵ لاوەکەدا بڕوات. بە رێکەوتن و سەرگەرمی گفتوگۆ بوون.

بە رێکەوت رێڕەوەکە کەمێک هەوراز بوو، رێی رۆیشتن بۆ پیرە ژنەکە کەمێک کێشە بوو، بەڵام بە توانایەکی زۆر زیادەوە تەواوی رێگاکەی بڕی و فرۆشگای بە کوڕەکە

نیشاندا. لاوەکە کە زۆر شەرمەزار بوو بوو، سوپاسی کرد. بەڵام پیرە ژنەکە وتی: پێویست بە سوپاس ناکات من دەبێت لە تۆ سوپاس بکەم. کوڕە لاوەکە سەری سوڕماو وتی: بۆچی تۆ؟ وەڵامیدایەوە: تۆ ئەمڕۆ بە منت سەلماند کە هێشتا دەتوانم کاری گونجاو ئەنجامبدەم و یارمەتی کەسێک بدەم لەبەر ئەوەی کە هەستی بە سوود بوونت لە مندا زیندووکردەوە، زۆر سوپاسگوزارم.

بیڵی زیوین

«هەرگیز شتێک نەگۆڕاوە، ئەوە ئێمەین کە گۆڕانمان بەسەردا دێت»

-هێنری دەیڤد تۆریو-

ئەگەر سەیری پێمەڕە، ئەو ئامێرە سادەی جووتیاران، بکەین، دەبینین سەری پێمەڕەکە هەمیشە پەیوەندی لەگەڵ زەویدا هەیە و زۆرترین فشاری دەکەوێتە سەر، رەنگەکەی گۆڕاوە بۆ رەنگی زیوین، بەڵام بەشەکانی سەرەوەی بەم جۆرە نین، بە جۆرێک کە دەگەیتە بەشە کۆتاییەکەی، دەبینین کە رەنگێکی رەشی هەیە کە لەڕاستیدا رەنگی ئاسنە، رۆح و جەستەی مرۆڤیش بەم جۆرەیە هەرچی **زۆرتر کۆشش بکەین و لە خۆمان جموجۆڵ و بزاوتن نیشانبدەین، بە هەمان ئەندازە گەشاوەتر و چالاکتر و رازی تر دەبین.**

بۆ تێگەیشتنی باشتری ئەم بابەتە تێبینی ئەم گوتەیەی **ئێرل نایتن گەیل** بکەن.

«لە گەشتێکدا لەگەڵ کورەکەمدا بۆ دەریای باکوور دیاردەیەکی نوێم بۆ ئاشکرا بوو، سەرنجمدا، مەرجانەکانی ناوەڕاستی دەریا، لەو شوێنەی کە ئاو مەنگ و ئارامە، زۆرجار رەنگێکی دۆڕاو و متیان هەیە، بەڵام مەرجانی خاڵە نائارامەکانی دەریا، جێیەک کە بە هەڵکشان و داکشانی مەرجانەکان، بەملا و ئەولادا دەبات، شەفاف و درەوشاوەن.

مەرجانی شوێنە ئارامەکان دەرگیری هیچ جۆرە زۆرانێک نەبوونەتەوە لەگەڵ ژیاندا، لە حاڵێکدا ئەو مەرجانەی رووبەڕووی کێشمەکێشی دەریا دەبنەوە، گەشە و دیمەنێکی چاکتر پەیدا دەکەن»*.

* ئەم بابەتە لە کتێبی «دەروونناسی سەرکەوتن» نووسنیی د. دێنس وتیلی وەرگێراوە.

هەست بەبێزاری کردن

«نهێنی سەرکەوتن دانانی کەمێک جموجۆڵ و چالاکییە لە جیاتی پشوودان و بێ کاری»

– ڤیکۆر فرانکڵ –**

ئەگەر بە من و تۆ سەلەمێنرا کە کەڵکی هیچ کارێکمان نییە و غیرەتی دەستپێکردنمان نییە، لە خۆماندا هەست بە حاڵەتێکی نەخوازراو دەکەین کە لە زاراوەی دەروونزانیدا پێدەڵێن هەستکردن بە بێزاری، ئەم هەستە مرۆڤ لەناو دەبات.

کەسانێک لەجێی کارێکی داهێنەر و بەپێز سەرمایەکەی خۆیان دەخەنە نێو بانکەکان و لە سوودی بانک بژێوی پەیدادەکەن، گەرچی هەمیشە لە حاڵی پشوودانن، بەڵام خاوەنی ورەیەکی شاد نین، گەشتێک بە یادەوەریەکاندا بکەن و ئەو رۆژە بهێننەوە یاد کە لە ئەنجامدانی کارێکی سوودبەخش خۆشحاڵ بوون، تەنانەت ئەگەر چاککردنی قاچی کورسییەکانیماڵەوەش بووبن، هەبوونی کار و پەرۆشی گەیشتن بە ئامانج و ئارەزووەکان هێزی ژیان لە ناختاندا بە هێزدەکات.

بەچاو خشاندێک لە ژیانی ئاسایی خانەنشینی دەبینین کە تووشی چ چارەنووسێکی خەفەتاویی بوون چ زوو لە دونیا دەرچوون، لە کاتێکدا ئەگەر خەریک دەبوون، ژیانیان باشتر و خۆشحاڵتر دەبوو. **دۆرۆتی کارینگی** لە کتێبی **«پیر مەبن، گەشە بکەن»** چارەنووسی کەسانێک باس دەکات کە دوای ٦٥ساڵی دەست دەدەنە کارگەل سەرکەوتن هێنەر.

٣٦٥ جار رۆژێک دووبارە مەکەنەوە

«کەسێک دوو رۆژی وەک یەک بن زیانی کردووە»

–ئیمام علی (ر.غ)–

بۆ سەرکەوتن لە ژیاندا هەوڵبدەن کە هەر رۆژێکی ساڵ بە فێربوونی بابەتی نوێ و خوێندنی کتێبی سوودبەخش و بەکارهێنانی شارەزایی و لێهاتووییەکان لە کار و پیشەدا و

** ڤیکتۆر فرانکل نووسەری «مرۆڤ لە گەڕان بە دوای واتادا».



بە دەستهێنانی ئەزموونێک تێپەڕینن. ئەگەر بتەوێت یەک رۆژ ٣٦٥ جار، واتە بە ئەندازەی تەمەنی ساڵێک دووبارە بکەنەوە، هەمیشە، لە سنوورێکی بچووکدا هاتووچۆ دەکەن ، ئایا کەسانێک کە بێ بەشن لەهەر بەرپرسیارییەک و لە دونیای خەیاڵی خۆیاندا نوقوم بوون و گرنگی بە جیهان و بابەتەکانی تر نادەن، هەروەها دوور لە هەر جوڵەیەکی بە پێز و داهێنەرانە ژیان دەگوزەرێنن، دەتوانرێت چاوەڕوانی پێشکەوتنیان لێ بکرێت؟.

لە کۆتایی هەر رۆژ و هەفتەیەکدا ناوەڕۆکی کارە ئەنجام نەدراوەکان رێک بخەن و لە خۆتان بپرسن کە بەئەنجامدانیان چ ئەنجامێکمان دەستگیر دەبوو یان ئەگەر کارێکمان ئەنجامداوە، لە بیری نەخشەدا بن بۆ سبەینێ و سبەینێیەکانی تر. سەرەنجامی کەسانێک کە چەندین ساڵ لە یەک خاڵدا رادەوەستن لە ژیانی پیشەییدا بە هیچ پێشکەوتنێک ناگەن، هەروەک ژیانی ئەو کارمەندەیە کە لە لای بەڕێوەبەر گلەیی کرد بۆچی لە پلەیەکدا بەرز نەکراوەتەوە. بەڕێوەبەر لەوەڵامیدا وتی: نەنگی کاری تۆ لەوەدایە کە هەمان ئەزموونی ساڵی یەکەمی خزمەتتان دووبارە کردووەتەوە.

کورتەی بەشی نۆیەم

※ یەکێک لە باشترین رێگاکانی ئەنجامدانی ورد و دروستی کارەکان نووسینەوەیانە لە دەفتەروچەی رۆژانەدا بە. ئەنجام گەیاندنی کارەکان لە کاتی خۆیاندا بەدەست پێوەگرتنی کات و وەدەست خستنی سوودی زیاتر کۆتایی دێت.

※ جموجۆڵ و بزاوتن هێز بە جەستە دەبەخشن و رۆحیش زیندوو و گەشاوە دەکەن.

هەبوونی کار و حەز بە گەیشتنی ئامانجەکان و ئارەزووەکان توانایی ژیان لە ئێوەدا بە هێز و سەد بەرابەر دەبێت.

※ هەبوونی ئارەزوو بە تەنها زامنی سەرکەوتن نییە.

※ لە کۆتایی هەر رۆژ و هەر هەفتەیەکدا ناوەڕۆکی کارە ئەنجامنەدراوەکان رێک بخەن و لە خۆتان بپرسن کە بە ئەنجامدانیان چ ئەنجامێکتان دەستگیر دەبوو.

..بەشی دەیەم

سەخت تێکۆشان

فراوان بە، بە تەنیاو سەخت!

پووچ دەبێت ئەوەی دەیڵێت داواکار
خەوتووەکەی خەوتوو بکات بێدار؟
پیاو دەبێت گۆیکانی خۆی هەڵبخات
پەندە، دەنووسرێت لە سەکۆی دیوار

-سەعدی شیرازی-

ئەم دەستەواژە پڕ واتایە کاریگەریەکی لە ئاسا بەدەری لە ژیانمدا هەبووە، یەکێک لە هاوپۆلییەکانم لەسەر تەختەرەشی کۆلێژ نووسیبووی، وشەکان ماوەیەکی زۆر مێشکمیان بەخۆیانەوە سەرقاڵ کرد بوو، چونکە هێدی هێدی لە قوڵایی پەیامەکە گەیشتم، بڕیارمدا بیکەمە سەر مەشقی ژیانم. پاش ماوەیەک بە خەتێکی جوان نووسیم و لەسەر مێز ی کارەکەم دانا و لە وەڵامی هاوڕێیانم کە پرسیاریان لە واتاکەی دەکرد دەمووت:

أ-فراوان بە:

«ئەوەی دەبێتەکردار سنووردارە و ئەوەی بە هێزە فراوانە»

-لامارتین-

لە ئاسۆ دوورەکان بروانە خۆت بە کەسانی سەرنەکەوتوو بەراوردمەکە. بیر لەو پلانە بکەرەوە کە لە مێشکتدایە و پێداگربە لەسەر لێهاتووییەکانی ناخ و تواناییەکانی ژیریت. هەرگیز بە بیانووی دڵنیابوون لە کۆشش و هەوڵدان واز مەهێنە، هەرچی توانا و وزەت هەیە، چ ماددی و چ مەعنەوی، لە کارێکدا چڕبکەرەوە بێ گومان، بە پلە و پایەیەکی باڵاتر دەگەیت. تەماع کار مەبە، بەڵام بە کەمیش رازی مەبە، بە ئەندازەی تواناکانت لە ژیان بەهرە وەربگرە، ئاگاداری خواستەکانت بە و بە سەخت تێکۆشان خۆتیان بۆ تەرخان بکە، باوەڕ بە خۆت بهێنە و لە «باشترین»ەکاندا بە.

لە کاکڵە و ناوەڕۆکی داناییت سوود وەربگرە و بە گەشبینی و چالاکی و بە شێوازێکی داهێنەرانە بە دوای ئارەزووەکانی دڵی خۆت دا بگەڕێ هەتا سەرکەوتوو و کامەران بیت.

ب- تەنها

«مرۆڤێک کە چاوبپۆشێت لە یارمەتی کەسانی تر، بە تەنها بێتە مەیدانەوە و پشت بە هێزی خۆی ببەستێت. هەمان ئەو کەسەیە کە قارەمانی و سەرکەوتنەکەی پێش بینی دەکەن»

-رالف ئیمرسۆن-

ئەگەر دەتەوێت سەرکەوتوو بیت و تامی سەرکەوتن بچێژی، دەبێت پشت بە توانای خۆت ببەستی و بێ هیوابوونی کەسانی تر لە خۆت دووربخەیتەوە.

سەرکەوتن کاتێک واتای راستیی خۆی نیشاندەدات کە لە کێبرکێی ژیاندا تاک و تەنها تاو بدەین و لە رووبەرووبونەوەی نشێوی و سەختییەکان پشت بە خۆمان ببەستین. کەسانێک کە بە ئومێدی شانس و بەخت دادەنیشن و داوای کۆمەک و یارمەتی لە دەوروبەر دەکەن، هەرگیز سەرکەوتوو نابن، ئەگەر بۆ گەیشتن بە سەرکەوتن و کامەرانی لە توانا ناوەکییەکانی خۆمان سوود وەربگرین و کارامەیی و جدییەت بەکاربهێنین، روویەکی ئامادە و بەرگریکەر بۆ کەسانی تر دەردەخەین و شەوق و پەرۆشی دەوروبەر بۆ یارمەتیدانی زیندوو

دەکەینەوە. منیش بە درێژایی ژیانم لەگەڵ کەسانێکدا مامەڵەم کردووە کە پاش ماوەیەک بوونەتە پشتیوان و بەرگریکارم و لە کاتی پێویستدا بۆ یارمەتیم هاتوون.

کەسانێک کە خاوەنی توانستی پێویست نەبن و هێزی کارامەیی و داهێنەرانەی خۆیان بە کارنەهێنن، تەنانەت باڵاترین هێزەکانی یارمەتیدا نیش بە هەدەر دەدەن.

ج- سەخت

«بۆ مەلەکردن بە ئاراستەی پێچەوانەی رووبار، پێویستی بە هێز و غیرەت و سەخت تێکۆشان دەبێت، ئەگەر وا نەبێت هەموو گەلحۆیەک دەتوانێت بە ئاراستەی جووڵەی ئاو بڕوات»

-ساموێل سمالیز

ئەگەر دەتەوێت لە تەواوی تواناکانی خۆت بەهرە وەربگریت و بە پلە و پایەیەکی بەرزتر بگەیت، هەروەها ئەگەر بەتەمای بەدی هێنانی خەونەکانی و هەمیشە چاوەڕێی «باشترینەکانی»، دەبێت بە سەختی تێبکۆشی، بەرگریکار و چەسپاو بیت.

هیمەتبەرزان کە مەردانی رۆژگارن

بە هیمەت بەرزی لە شوێن پیاوانی سەردارن

هەوڵ و کارامەیی دوو فاکتەری سەرەکی و دیاریکەری ژیانی کەسانێک بوون کە بە سەرکەوتن و کامەرانی گەیشتوون، بە ئەزموون سەلمێنراوە کە زۆرینەی شکستەکان بە هۆی کەمتەرخەمی بوون لە ژیاندا، ئەگەر بە ئارامگری و دان بەخۆداگرتن و بە تەواوی بوونمانەوە کاربکەین و شارەزایی بەکاربهێنین، بە چاکترین ئەنجام دەگەین.

گریان لە شەقامدا

«خوشبینی رووکاری دەرەوەی باوەڕە، هەتا باوەڕ و ئومێد و سەخت تێکۆشان نەبن، هیچ کارێک ناتوانرێت ئەنجامبدرێت»

-هێلن کێلەر

رێگەم بدەن بەسەرهاتێک بگێڕمەوە کە سەرمەشقێکی تەواوی هەوڵ و بەردەوامی و ماندوونەناسییە. لەو کۆمپانیایەی کە کارم تێدا دەکرد، دەیویست بۆ دیوار پۆشی (بلا) رێکلام بکات، کاک عەمیدی، بەڕێوەبەری دیوار پۆشی (بلا)، پیاوێکی ورد و زیرەک بوو کە بە ئاسانی نەدەهاتە ژێر پەیمان بەستن لەگەڵ مرۆڤێکی بێ ئەزموونی وەک من، بەڵام من بە بەرگریی و کارامەیی و ئارامگری توانیم سەرنجی یاریدەدەرەکەی رابکێشم. بۆ وەرگرتنی سوودی رێکلامی ئەم کۆمپانیایە، بۆ ماوەی سێ مانگ زیاد لە٥٠ جار دووری ٤٠ کیلۆمەترم دەبڕی و لەو روانگەیەوە پێێ داگیربووم لەسەر پەیمان بەستنی کار لەگەڵیاندا. هەرگیز هەستم بە ماندوویی نەدەکرد و دواجاریش سەرکەوتوو بووم. گەرچی ئەم هەوڵ و جدیەتە کۆتاییەکی باشی هەبوو و سەرکەوتنی پێ بەخشیم ، بەڵام دەبێت دان بەوەدا بێنم کە بارودۆخ هەمیشە بەو جۆرە نەبوو. ساتێ وەهاش پێشدەهات کە ماندوو و بێزار و شەکەت دەبووم، و هەوڵەکانم بۆ چارەسەی کێشەکان بێ بەرهەم دەبوون. ئەم داستانەی خوارەوە نموونەیەکی ئەو ساتانەیە. هەروەک لە پێشدا وتم ئەو بەڕێوەبەرەی دیوارپۆش سازییەی ماوەیەک هاوکاریم دەکرد، زۆر قسە خۆش و زمان شیرین بوو، لە هەمان کاتدا شپرز و بێ بەڵێن بوو، ئەم بەڕێوەبەرە لەگەڵ هەموو کڕیارەکاندا بەڵێن شکێن بوو، بەڵام بەداخەوە کەسانی بەرامبەر منیان،بە هۆکاری دواکەوتنەکان دەزانی، چونکە بەرپرسیاری داواکارییەکان من بووم، لە یەکێک لەو رۆژانە بەرەو رووی کەسێک بوومەوە کە لەبەر شپرزەیی کارخانەکە زۆر تووڕە بوو، منی بە تاوانبار دادەنا، لەو رەفتارە ناشیاوەی زۆر دڵتەنگ بووم بەڵام هیچ قسەیەکم بۆ وتن نەبوو لە کاتێکدا وێنەی ناپەسەندی بەڕێوەبەری کۆمپانیا و بەڵێن شکێنییەکانی لەبەر چاوم هاتوچۆیان دەکرد، لێی جیابوومەوە، پاش چەند ساتێک سەر ئێشەیەکی توندم گرت، بە جۆرێک توانای لێخورینم نەبوو، ئۆتۆمبیلەکەم لە کەنارێکدا وەستاند، بە قووڵی کەوتمە بیری بارودۆخ و هەلومەرجی خۆم، دەتگوت هیچ

خاڵێکی بەهێز لە ژیانمدا بوونی نییە، نە لە بواری خوێندندا هەستم بە سەرکەوتوویی دەکرد و نە لە گوزەرانی داراییم رازی بووم، نەبوونی پێشکەوتن لە کارەکاندا نائومێدی کردم، هەموو شتێکم بە تاریکی دەبینی، خۆنەویستانە دەستمکرد بە گریان. دوایی کە ئەو گریانە بە کۆڵە کۆتایی پێهات، دووبارە بە خۆمدا هاتمەوە و زانیم کە چەند ساتێک تێپەڕی کردبوو، نەمدەزانی کە دەبێت چی بکەم، لە حاڵێکدا کە کەمێک هێمن بوو بوومەوە دەفتەرچەی یادداشتەکانم دەرهێنا و دەستم بە لاپەڕە هەڵدانەوە کرد، لەگەڵ خوێندنەوەیدا سێ رستەی نیچەم لەسەر کاغەزێک نووسین و چەند جارێک لەگەڵ خۆمدا دووبارەم کردنەوە.

❊ ئەوەی من نەکوژێت، بە هێزترم دەکات.

❊ رێگای ژیان رێگای گوڵ و گوڵزار نییە، بەڵکو رێگای دڕک و داڵە، لەبەر ئەوە دەبێت پێی بە هێزمان هەبن تا بە ئاسانی بەسەر دڕکەکاندا گوزەر بکەین.

❊ دەبێت هەروەک پۆڵابین هەتا هەر کاتێک چەکوشی دەرد و بەڵامان بەرکەوت، نەک تەنها لەناونەچین بەڵکو بە دەنگێکی بەرز پێکەنین.

پشیلەی دارستان بن

«خەڵکان هەمیشە گوناه دەخەنە گەردنی هەل و مەرجەکان، من باوەڕم بە هەل و مەرج نییە، مرۆڤی سەرکەوتوو بە دوای هەل و مەرجدا دەگەڕێ، ئەگەر نەیدۆزییەوە دروستیدەکات»

-جۆرج بردناشۆ-

زانراوە کە پشیلەی دارستان بە هۆی جەستە ناوازەکەیەوە و بە چالاکی زۆر و بە هۆشی زۆر و ئارەزووی باڵاتر بوون، باشتر لە ئاژەڵەکانی دیکە ژیان دەباتە سەر. بە ئاسانی راو دەکات لە کاتی مەترسیدا بە ئاسانی بەسەر درەختەکاندا سەردەکەوێت، هەلبەز و بازدانەکانی سەرنج راکێشن و بە کورتی خستنە داوی زۆر ئاسان نییە.

تۆش ئەگەر بتەوێت لە چواردەوری خۆتدا دەرکەوتوو و بە پەنجە ژمێراو بیت و لە هەموو شوێنێکدا خاوەن رێز بیت، دەبێت دەست بە کارێک بکەیت کە کەسانی دی لە ئەنجامدانی دەستەوەستان بوون.

ژیرانە خۆت بخە مەترسییەوە! لە مەترسی سڵ مەکەنەوە، چونکە مانەوە لە سەرەتای رێدا بۆ هیچ کەسێک مایەی خۆشحاڵی نییە، بۆ نموونە ئەگەر دەتەوێت داهاتی خۆت بەرزتر بکەیتەوە، دەبێت بە شێوازێکی تایبەت کار بکەیت، بۆ سەرکەوتن دەبێت ئارامگر بیت و داهێنانتان هەبێت و بە جۆرێک کارامەیی نیشانبدەیت کە هەمووان بە دوا بخەیت، پرسیارکرا لە پیاوێک کە لە پێشبڕکێی ئۆتۆمبیلدا براوە بوو: «رازی سەرکەوتنی تۆ لە چی دایە؟ وتی کاتێ هەمووان پێ لەسەر بەنزین لادەبەن من پێی لەسەر دادەنێم».

تەمەن جگە لە درێژی، پانی و قوڵیشی هەیە

ئەمە وتەی زانای پایەبەرز قەزوینییە. بە بروای ئەو مرۆڤ نابێت بۆ درێژی تەمەنی نیگەران بێت، بە پێچەوانەوە، دەبێت لە خۆی پرسیار بکات، لە ژیاندا چ کارێکی بە سوودی کردووە و چ پاشماوەیەکی بەجێ هێشتووە. ئایا ساتی گەورە و لە یادنەچووی هەبووە؟ سەرچاوەی خزمەتی بە مرۆڤایەتی یان فەرهەنگی وڵات بووە، کاری چاکی ئەنجامداوە. یان ئەوەی تەنها رۆژەکانی بەجێهێشتوون و بە خەیاڵی خۆی ژیانێکی بە بەرهەمی هەبووە؟ ئامۆژگاری ئەم پیاوە گەورەیە زۆر بە نرخە ناتوانین هەروا بە ئاسانی بە سەریدا تێپەڕین. دەبێت چەندەها جار لە خۆمان بپرسین لە ژیاندا چ رۆڵێکی پۆزەتیڤمان دیووە. زانای پایەبەرز قەزوێنی، لەو پیاوە دەرکەوتووانەیە کە هەموومان بە جوانی یادی دەکەین.

دکتۆر ڤیکتۆر فرانکڵ

ڤیکتۆر فرانکل زیندانی سەردەمی شومی نازیزم بووە کە پاش ٤ ساڵ لە دیلی لە چاڵە تاریکەکان و ئۆردوگاکانی کاری زۆرەملێ و زیندانە کوشندەکانی ئەڵمانیادا رووبەرووی چەندین بەڵاوکارەسات بۆتەوە، سەرئەنجام بە سەلامەتی رزگاری دەبێت. دەڵێت: «ئەوەی منی بە زیندوویی هێشتەوە، ئۆمێد بە ئایندە بوو و خواستی رۆژانەم بە هێزکردنی ئەم

ئومێدە و ئامانجی باڵای زیندوومانەوەم بوو. دەمویست زیندووبم تا دوای ئازادبوون، بە سەرهاتی خۆم و قوربانیانی تری جەور و ستەم بخەمە سەر لاپەڕەکان.

دکتۆر فرانک بە بەرگری کردن و نەوەستان گەیشتە ئارەزووەکانی و بەڵێنەکانی جێبەجێکردن. لە شوێنێکدا دەڵێت: «لەگەڵ ئەوەی دایک و باوک و هاوسەرەکەم لە دەستدابوون. بەڵام لە دەرووندا پەرۆشی زیندوومانەوە بۆ گەیشتن بە هیواکانم پریشکی دەهاویشت و بە جۆرێک ئومێدەوار و دان بە خۆداگربووم کە هەموو ناخۆشی و برسێتی و ئازار و بێ خەوی و سووکایەتییەکانم هەتا کۆتایی جەنگ تەحەمول کردن».

پاش جەنگ لە کاتێکدا کە بە چەندین شانازی و سەربەرزی کۆتانەهاتوو گەیشتبوو لە وڵاتی خۆیدا، ڕۆیشتە ئەمریکا و ژیانێکی بەرهەمداری دەستپێکرد.

ولیام جەیمس چی دەڵێت:

ولیام جەیمس دەڵێت: «بە چڕکردنەوەی بیرەکانی خۆمان، دەتوانین هەستەکانمان بگۆڕین». بە وتەی ئەو مرۆڤ لە توانایدایە بە گۆڕانکاری لە ئەندێشەیدا چارەنووس و ژیانی هەڵاوێر بکات.

ئەگەر باوەڕمان هەبێت، بیر دەزگایەکی هێندە ئاڵۆز و سەخت نییە کە نەتوانین چالاکییەکان پێش بینی بکەین. دەتوانین بەشێوازێکی سەرنجراکێش سوودی لێوەربگرین. با وتەکەی جەیمس کەمێک ڕۆشنتر بکەینەوە، گریمان تۆ لە هاوڕێیەکت تۆڕەبیت و بە هۆی هەڵە لێتێگەیشتنەوە، ئێستا هەستێکی باشت بەرامبەری نییە.

ئەگەر بەشێوەیەکی بەردەوام کەم و کورتییە پێشهاتووەکان زیندوو بکەینەوە، ئەم هەستە نەخوازراوە لە تۆدا بەرجەستە دەبێت.

ئێستا بۆ چەند ساتێک بیری خۆت چڕبکەرەوە لە تایبەتمەندی و نەریتە باشەکانی ئەو کەسە و ئەو ساتە خۆشانەی کە لەگەڵ ئەودا بردوتنەتەسەر، بهێنەرەوە یاد. تێبینیی بکەن کە لە پاش چەند خولەکێک توڕەبوونەکەتان دادەمرکێتەوە و ئەو هەستەت بۆ دروستدەبێت کە نەک تەنها کێشەی ئەوت لە دڵدا نییە، بەڵکو ئارەزووی دیداری دەکەیت، بەم جۆرە بە قووڵبوونەوە و تێفکرێن لە هەر ئامانج یان بابەتێک دەتوانێت رمەو هەستەکەی خۆت ڕاپێچی بکەیت.

کورتەی بەشی دەیەم

* بیر لەو نەخشانە بکەوە کە لە مێشکتدان و سەرنج بدە لە توانا و لێهاتویی دەروونت.
* هەموو توانا و وزەی خۆت چ جەستەیی و چ مەعنەویی چڕ بکەوە سەر ئامانجەکانت و دڵنیا بە کە بە پلە و پایەیەکی باڵا تر دەگەیت.
* ئەگەر دەتەوێ سەرکەوتووبیت و تامی سەرکەوتن بچێژی دەبێ پشت بە هێز و توانای خۆت ببەستی و ئومێدەوار بوون بە خەڵکی لە خۆت دوور بخەیتەوە.
* هەوڵ و ماندوو بوون دوو ڕەگەزی سەرەکی و چارەنووسسازی کەسانێک بوون کە بەسەرکەوتن و کامەرانی گەیشتوون. بە ئەزموون سەلمێندراوە کە زۆرینەی شکستەکان لە گوێ پێنەدان و ئیهمالییەوە سەرچاوەیان گرتووە.
* ژیرانە خۆت بخەرە مەترسییەوە و لە ترس باکتان نەبێ سەرکەوتن بۆ ئەو کەسانەیە کە هەستیان بە خۆشی تامی ژیان کردووە.
* ئەم پەیامەی نیچەتان لە یادبێت (ئەو شتەی من نە کوژێت بە هێز ترم دەکات).
* گەشبینی رووکاری دەرەکی باوەڕە و بە باوەڕێکی بە هێز و چەسپاوە وە دەتوانیت هەموو کارێک ئەنجامبدەیت.

..بەشی یازدەیەم

ژياننامە

"لە چ خاڵێکەوە دەستم پێکرد"

«هەلەکان دروست دەکەین، بە دەست ناهێنین، داهاتوو دەبێت دروستبکرێت»

-جۆرج بردناشۆ-

لە پێشدا لە بارودۆخی ژيانم و دەربارەی هەستان بە وانە خوێندن، گەڕان بە دوای کارێکی ماوە کورتدا و رێکخستنی کاتی رۆژانە، بە شێوەيەکی پچڕ پچڕ دووام و باسمکرد، هەنوکە بە نيازم - هەروەک لە لاپەڕەکانی پێشوودا بەڵێنم دا - ئاماژە بە هەندێ لە هەوڵەکانم لە رەهەندی خۆناسی و خۆ دروستکردندا بکەم هەتا ئاوێنەيەک بێت لەبەردەم ئێوەدا.

پێتان دەڵێم چۆن بيرم لە چاکسازی کردنی ژيانی بێ بەرنامەی خۆم کردەوە و چۆن لەم بوارەدا سوودم لە ئەندێشە و رای زانايان وەرگرت، بۆ بەرهەڤکردنی خەونەکانم چ بەرگری و دان بەخۆداگرتنم لە خۆنيشاندا و هەرگيز ئومێدم بە خودا و بە خۆم لە ياد نەکرد.

رووبەڕووبونەوە لەگەڵ کێشە و گرفتەکاندا پێويستيان بە رێگە چارەی واقع بينانە و کردارييانە هەيە. رەهابوون لە کۆت و بەندی «پەيوەندی»يەکان، «هەڵچوون دەروونييەکان»، «باوەڕە» نادروستەکان و «پێش داوەری»يە هەڵەکان لەگەڵ هەلبەزودابەزێکدا هاورێ دەبێت. کە ئاگابوون لێيان رەهەندی ژيانی مرۆڤ پەرە پێدەدات.



هەوڵمداوە ئەنجامی ئەم «خۆدروستکردن»انە، راستگۆيانە و بێ پەردە، بە گشتی لەبەردەم ئێوەدا ئاوەڵا بکەم، تا ئەگەر سوودی هەبوو بۆتان خێرا دەست پێبکەن و ئەگەر لەم رێگەوە ژيانێکی جوانترتان پەيداکرد، من پاداشتی کارەکانم وەرگرتووە.

من و خەونەکانم

هيمەت بەرزان و مەردانی رۆژگار

بە هيمەت بەرزی گشت بوونە سەردار

گەر هيمەت وەک زنجيرپێکەوە بەستران

مێرووڵە ئەکرێت بێ بە سولێمان

پێش ژنهێنان، لە کاتی لاوی و بێ ئەزموونيدا، منيش هەروەک گەنجان، کاتەکانم بە بەرنامەی بێ بەرهەم، بەهەدەر دەدا. لە قوتابخانەيەکدا و بە پيشەی مامۆستايی سەرقاڵ بووم. بەڵام لە کاتەکانی تر بە دروستی سوودم وەرنەدەگرت، زۆر بێ ئاگاو شپرزە بووم. هيچ کارێک منی رازی نەدەکرد و دوای ماوەيەکی زۆر لە هەوڵدان، دڵشکاو و ماندوو، وازم لێدەهێنا. کارەکان لە لام پەسەند نەبوون، بۆ ماوەيەک دەم خستنە کەنار و بە دووی کارێکی دی دەکەوتم.

بەڵام هيچ کاميان سەرکەوتنيان لە بەدواوە، لە خۆم ناڕازی بووم بەرامبەر هەموو کەسێک، رەشبين بووم. ئەو هاوسەرانەی بە ئوتۆمبێل بە بەردەممدا تێپەڕدەبوون، بە ئاخ هەڵکێشان و جارجاريش بە رق و کينەوە تەماشام دەکردن، چونکە وا بيرم دەکردەوە ئەوان مافی ئێمەی لاويان خواردووە.

لەوەی کە من پيادە بووم ئەوان بە سواری ئوتومبێلی قەشەنگ گەشتيان دەکرد، بە ئازار بووم*. مۆن و ناوچاوگرژ بووم. بارودۆخی داراييم هێندە باش نەبوو و هەميشە خوشک و براکانم يارمەتييان ئەدام. باوکم کارمەندی خانەنشين بوو وموچەی خانەنيشينەکە بەشی بژێوی ژيانی ئەو کاتەی تارانی نەدەکرد. هيوام دەخواست هاوسەرێک

* ئەم بۆچوونە لەوێوە سەرچاوەی دەگرت ئەو کات بە پێچەوانەی ئەمڕۆ، هێندە ئوتۆمبێلی جوان و گرانبەها نەبوون.

هەڵبژێرم، بەبێ ئەوەی مەبەستم پێکهێنانی خێزان بێت. ئارەزووم بوو کەسێک منی خۆش بوویت و منیش کەسێکم خۆش بوێت، بەو پێیەی لە تاران گەورە نەبوو بووم. هەستم بە کەم و کورتی زۆردەکرد، لێهاتوویی زۆرم لە خۆمدا نەدەبینی، موڵک و ماڵی باوکیشم بوونی نەبوو، بە کورتی لە ئیمکانیاتی پێویست بێ بەش بووم. ئەمانە هەموو هۆکار بوون بۆ پەنابردن بۆ خەون و خەیاڵ.

لەو خەونەدا هاتووچۆم دەکرد کە رۆژێک کیسەیەکی پڕ لە پارە لە ژێر سەرینەکەمدا لە خەو خەبەرم دەکاتەوە، یان بیرم دەکردەوە بەم زووانە کچێکی دەوڵەمەند عاشقم دەبێت و لەم هەموو دەردەسەرییە رزگارمدەکات و چەندەها بیروبۆچوونی پروپووچ و بێ ئاکامی لەم جۆرە، گەرچی ئێستا پێکەنیناوی دێنە بەرچاو، بەڵام بەشێک لە خەونەکانی لاویم بوون.

کتێبی جوان

«کتێب مامۆستایەکە، کە بەبێ دار و لێدان،
پەروەردەمان دەکات»

-دانایەکی ئینگلیزی-

ئەو رۆژانە تەنها سەرگەرمی سوودبەخشی من کتێب خوێندنەوە بوو، ئەگەرنا رووەو شێت بوون دەڕۆشتم، گەرچی پەرۆشی پێشکەوتن و سەرکەوتن و بەرزبوونەوە لە مندا رووەو هەڵچوون بوو، بەڵام غیرەت و توانای هیچ کارێکم لە خۆدا نەدەبینی. یەکێک لە خزمان دایکمی ئاگادار کردبوو کە بمباتە لای پزیشک، چونکە وای دەزانی بەم زووانە شێت دەبم. لەوانەیە راستیش بکات، رەفتار و کردارەکانم ئەو جۆرە بیر و بۆچوونەی لا دروستکردبوون، خۆشبەختانە دایکم ئەو کارەی نەکرد و منیش دێوانە نەبووم.

لەو پەرتوکانەی بە دەستم دەگەیشتن، بە «کتێبی جوان» لە نووسینی خوالێخشبوو مطیع الدولە حجازی ئاشنا بووم. خوێندنەوەی ئەم پەرتووکە کاریگەریەکی قووڵی لە مندا بە جێ هێشت و دەروازەیەکی نوێی لە بەرچاوانمدا ئاوەڵا کرد و گەشتمە ئەو باوڕەی کە هەموو کارێک دەکرێت، بە مەرجێک شێوازێکی دروست هەڵبژێرین و دونیای دەوروبەرمان بە چاکی بناسین. قارەمانی «کتێبی جوان» و هەموو کارەکتەرەکانی دی دەیانوسێت لە رێیی

لێدان و کۆت و بەندەوە و بە شێوازێکی نادروست بە سەرکەوتن بگەن، بەڵام هیچ یەک لەم رێگایانە توێشێویەکی باش نەبوون، من لەو کتێبە فێربووم کە خوار و خێچ هەرگیز ئاکامێکی باشی نابێت. بە پێچەوانەوە هەمیشە رێگای ئارام و تەندروست بۆکامەرانی هەیە. هەموو کەس توانا و ئامادەیی پێوستی بۆ سەرکەوتن هەیە، تەنها پێویستە بیەوێت، و بۆ بەرهەقکردنی ئامانجەکانی بەرگری کردن و لێنەبران بکاتە پیشە.

من ئەتوانم جیهان بگۆڕم

«لە بەرامبەر ورەی پۆڵاییندا دەستەڵاتێک هاوتای
بەرگری کردن نابینم»

-ناپلیۆن-

بەو جۆرەی خوێندنی ئەم کتێبە منی ئومێدەوار کردبوو، هەموو رووداوێکم بە گەشبینییەوە دەدی و خۆشبەختانە تێدەکۆشام و دەمویست لە هەلومەرجە خوازراوەکان بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانم سوود وەربگرم.

رۆژێکیان لە شەقامێکدا، گەیشتم بە یەکێک لە هاوڕێکانم بە ناوی پەروێز... دوای هەواڵ پرسین لە بارودۆخی ژیانم پرسی و وتی: لە خولی «فن بیان» (هونەری دەربڕین) دام. لە کەم ژیری خۆم و لە حاڵێکدا کە سەرم سوڕمابوو وتم: بەم ئاخاوتنە تاڵە تورکیە، چۆنە دەتوانی هونەری دەربڕین فێربیت! بە قورسی چاوی تێبڕیم وەک چۆن نیگای دانایەک کار لە نەزانێک دەکات و پاش ماوەیەک وەستان وەڵامیدایەوە: من ئەگەر ئیرادەم هەبێت، جیهان دەگۆڕم! چۆن ناتوانم ئاخاوتنێک بگۆڕم. ئەمەی وت وەک ئەوەی لەگەڵ مرۆڤێکی بێ عەقڵدا رووبەرووبوبێتەوە، خواحافیزی کرد و بە خێرایی دوورکەوتەوە. لە بیرمە، کاتی روودانی ئەم بەسەرهاتە کۆتایی مانگی یەک بوو، هەموو گیانم لە سەرمای ئەو رۆژەدا دەلەرزی، بەڵام پاش بیستنی ئەم وتانە هەستم بە گەرمایەکی زۆر کرد، گەرچی رەفتاری دۆستەکەم زۆرباش نەبوو، بەڵام کاریگەرییەکی قووڵی لەسەرم بەجێهێشت.

دوای ماوەیەکی زۆر لە مەبەستی هاوڕێکەم تێگەشتم و لەوەی کە ئەو کات هۆشیار نەبووم، هەتاوەکو سوپاسی بکەم، پەشیمان بووم.

ئەو لاوە کە بەداخەوە بە هۆی شێرپەنجەی خوێنەوە گیانی لە دەستدا. دەیزانی کەس ناتوانێت جیهان بگۆڕێت. تەنها دەیویست من تێبگەیەنێت کە هیچ شتێک لە بەرامبەر «ئیرادە»دا بەرگری ناکات. ئەو شەوە هەتا نزیکی بەرەبەیان خەوم لێنەکەوت و بەردەوام وتەی ئەو گەنجە بێ تاوانەم بە مێشکدا دەهات. کاتێک بەراوردی ئەوم بە خۆم کرد، لە خۆم بێزاربووم. بێ خەوی ئەو شەوە منی خستە بیر ئەو کتێبانەی کە تا ئەو ماوەیە خوێندبوومنەوە. خۆنەویستانە کتێبی (جوان) هاتەوە یادم کە تازە تەواوم کردبوو، و خاڵە گرنگەکانی لە بیرمدا هاتوچۆیان دەکرد.

دوای ئەوە کتێبی بە پێزی (**بیرەکانی شۆپینهاوەر**)، مێشکمی سەرقاڵ کرد. بەرەو کتێبەکە رۆیشتم و ئەو خاڵانەی لە پەراوێزەکاندا نووسیبوومن، لە دەفتەرێکدا یاداشتم کردن. بڕیارمدا هەموو کتێبەکانم دووبارە بخوێنمەوە و هەرچی زۆرتر خاڵە گرنگەکانم یادداشت دەکرد، و گێژتر دەبووم. بەرەبەرە گەیشتمە ئەو بابەتەی کە دەبێت لە شوێنێکەوە دەستپێبکەم، بەڵام بەداخەوە «ئیرادە»ی تەواو لە ناخمدا نەبوو. لەبەر ئەوە دەستم بە خوێندنی ئەو کتێبانە کرد کە باسیان لە «بەهێزکردنی ئیرادە» دەکرد. کەسانی بەهێز و بڕیاردەرم کردنە سەرمەشقی خۆم.

ئەوەی لە خوارەوە دەیخوێننەوە. بەرهەمی ئەزموونی بێ ووچانی هەموو ئەو ساڵانەیە. سەرەتا ئەو داستانانە شیدەکەمەوە کە زۆر کاریگەرن لە بەهێزکردنی ئیرادەدا و پاشان هەنگاوە کردارییەکانی خۆم باسدەکەم.

منداڵێکی رەش پێست

«سەگی بەئاگا باشترە لە شێری خەوتوو»

-پەندی فەرەنسی-

رۆژێک منداڵێکی رەش پێست داوا لە باوکی دەکات دۆلارێکی بداتێ، باوکەکە کە هیچ پارەیەکی لە گیرفاندا نەبوو، داوای لێکرد بڕواتە لای ئاغاکەیان، منداڵەکە سەرگەرمی یاریکردن بوو تا ئەو کاتەی ئاغا بە دیمەنێکی سامناکەوە دەرکەوت کە جووتێ جزمەی لە پێ و کڵاوێکی گەورەی لەسەر و قامچیەکی چەرمی لە دەستدا بوو، لە ئەسپەکەی دابەزی،

بە دەنگێکی بەرز و پڕ لە تووڕەییەوە فەرمانیدا بەسەر ئەو کارکەرانەدا کە سەرقاڵی پەموو (لۆکە) کۆکردنەوە بوون و دووبارە بەرەو ئەسپەکەی گەڕایەوە. منداڵەکە تا ئەو کاتە لە کەنارێکدا بێ دەنگ دانیشتبوو، رووەو ئاغا کەوتە رێ و گوتی: ئاغا، لە هەق دەستی باوکم دۆلارێک بە من بدە. ئاغای توندڕەو و جەستە بەهێز گرنگی پێنەدا. منداڵی تەمەن ٨ ساڵە دووبارە داواکارییەکەی دووپات کردەوە، بەڵام ئاغا بە روویەکی سووک ئامێزەوە وتی: قسە زل بێ دەنگ! بۆ سێیەمین جار زۆر بە پیاوانە و تاڕادەیەک بە ئارامی وتی: تەنها یەک دۆلار! ئاغای لە خۆرازی دووکەڵی لێ هەستابوو و تاقەتی کوڕەی رەش پێستی نەبوو، قامچی گرتە دەست و بەرەو رووی هات. هەموو کرێکارەکان دەستیان لەکار هەڵگرتبوو و بە بێدەنگییەکی پڕ لە هەراسەوە چاویان تێ بڕیبوون. رووداوێکی ناهەموار لە حاڵی روودانەدا بوو، چونکە لە بێبەزەیی و دڵڕەقی ئاغای خۆیان ئاگادار بوون.

ئاغا قامچی بەرزکردەوە تابەسەر منداڵی بەستەزماندا بکێشێت کە لە ناکاو بە ئازایەتییەکی بێ وێنەوە هەنگاوێک بەرەوپێش هات و بە چەند وشەیەکی پتەو دامەزراو پێی داگرت و وتی: ئاغا، وتم یەک دۆلار. ئاکامی ئەم جەنگە نابەرابەرە باوەڕپێکراو بوو. ئاغا قامچییەکەی بە ئارامی هێنایە خوارەوە و دەستی بە گیرفانیدا کرد و دۆلارێکی بەخشی بە کوڕەکە و بەبێ ئەوەی تەنها یەک وشەش دەرببڕێت، رۆیشت و سواری ئەسپەکەی بووەوە و قامچییەکی بەهێزی کێشا بەجەستەی ئەسپی بەستەزماندا و تۆڵەی شکستی چاوەڕوان نەکراوی ئەو منداڵەی لەو سەندەوە*.

لە ژاندراک چی فێربووین

«گۆی زەوی لەبەر دەست کەسانی تێکۆشەردایە»

-پەندێکی ئەڵمانی-

هەموو ژاندراک دەناسین، درێژەی بەسەرهاتەکانیمان خوێندوەتەوە. رستە بەناوبانگەکەی بریتییە لە «بەپێیەکانی خۆم هێندە دەڕۆم هەتا ئەژنۆکانم دەسوێن».

* وەرگیراوە لە پەرتووکی «هەنگاو بەرەو بەرزی و خۆشبەختی» نووسینی ناپلیۆن هیل.



بێ گومان پێی مرۆڤ گۆچان نییە کە بە زیاد ڕۆیشتن بسوێ. لە پشت ئەم وتەیەی ژاندراکدا واتایەکی قووڵتر خۆی حەشارداوە، کە بۆم زۆر سوودبەخش بوو. بە جۆرێک کۆششم کرد کە هەموو چالاکییەکانی لەگەڵیدا هاوئاهەنگ بکەم. ناوەڕۆکی وتەکەی ژاندراک ئەوەیە کە مرۆڤ دەبێت بە جۆرێک داهێنەر و ئارامگر و بەرگری کار بێت، هەروەها بە ئیرادەیەکی پۆلایین بە شوێن ئارەزوو و ئامانجەکانیدا بگەڕێت تا سەرئەنجام سەرکەوتوو دەبێت. ئەو بە جۆرێک توانی وەک ژنێکی مێژووساز ناوێکی زیندوو لە دوای خۆی بەجێ بهێڵێ.

تەیموری لەنگ

« ئەگەر حەوت جار کەوتی بۆ هەشتەمین جار هەستەوە سەر پێ»

-پەندێکی ژاپۆنی-

خوێندنەوەی داستان و بابەتە جۆراوجۆرەکان لە بواری «بەهێزکردنی ئیرادە»دا یەکێک بوون لە بەهێزترین و بەسوودترین سەرگەرمییەکانی ژیانم.

تەنانەت داستانی تەیمور لەنگیش بۆم تازەگەری تێدابوو. بێگومان درێژەی داستانەکانی ئەم پیاوەتان لە کتێبە مێژووییەکاندا خوێندووەتەوە، بەڵام ڕێگەم بدەن بە هۆی گرنگ بوونیەوە جارێکی تر بە کورتی لێی بدوێم.

تەیمور لەنگ دوای شکست هێنان لە یەکێک لە جەنگەکانیدا پەنای بردە کەلاوەیەک، لە کاتێکدا ئەژنۆی خەمی لە باوەش گرتبوو رامابوو لە چارەنووسی خەفەتباری. چاوی بە مێروولەیەک کەوت کە دەیویست دەنکە گەنمێک لە زەوی بەرزبکاتەوە، هەرچەندە مێروولە هەوڵی خۆی دەدا هەموو جارێک لە نیوەی ڕێدا بە زەویدا دەکەوت. تا سەرئەنجام پاش ٧٨ جار هەوڵدانی سەرکەوت و کارەکەی کۆتایی پێهێنا. بینینی ئەم دیمەنە بە جۆرێک تەیموری لەنگی خستە ژێر کاریگەرییەوە کە بە ئیرادەیەکی بەهێزەوە هەستایەوە و پاش هەوڵێکی بەردەوام لەشکرە پەرتەوازەکەی کۆکردەوە و دووبارە جەنگی دەستپێکردەوە، بەم جۆرە بە ئامانجی خۆی، کە سەرکەوتن بوو لە جەنگدا، گەیشت.

چیرۆکی هەڵۆ

لە کتێبی (جوان-زیبا)ی مطبع الدولەی حجازیدا داستانێک هەیە کە باسی هەڵۆیەک دەکات کە بە هۆی پیرییەوە گەیشتبووە سەرەمەرگ و لە کاتێکدا کە دوایین هەناسەکانی هەڵدەکێشا، چەند قەلەڕەشێکی دی کە بازنەیان بەسەردا کێشابوو، دەیانویست لاشەکەی بخۆن. هەڵۆی بەرزەفڕ و لەخۆبایی کە هەرگیز خۆی بە لاوازی و سوکی نەدیبوو. توڕەبوو، دوایین هێزی خۆی بەکارهێنا و هێرشی بۆ بردن و قەلەڕەشە ترسنۆکەکان دوای ئەم هێرشە کەوتنە راکردن. هەڵۆی پیر تەنانەت لەسەرە مەرگیشدا ئاگاداری توانای خۆی بوو بەڵام قەلەڕەشی بێ غیرەت، لەگەڵ ئەوەی ژمارەشیان زۆر بو بەرگری کردنیان بەڕاست نەزانی و هەڵهاتن. کێشە و نشێوی ژیان لەو قەلەڕەشە سامناکانە زیاتر نین بە مەرجێک هەروەک هەڵۆ هێرشیان بۆ بهێنین.

سوود وەرگرتن لە ژیری

«دۆستی راستەقینەی هەموو کەسێک ژیریەتی و دوژمنەکەشی نەزانییەتی»

-پەندێکی ئینگلیزی-

ئاشنابوون لە بەسەرهاتی گەورە پیاوان و ناسینی باشتری راستییەکانی ژیان ئەو ئامانجەی لە مندا بەدی هێنا کە خاڵی دەستپێکردن پەیدا بکەم. دوای ڕێکخستنی دروشم و وتەکانی ئەم کەسایەتیانە، بۆم دەرکەوت گەرچی چەند ئامانجێک لە مێشکمدا هەن، بەڵام پایە و بنچینەی ئەم ئامانجانە بە پەیوەستبوونێکی بێ ئەژمارەوە بەندن کە هەموویان دەربڕی شێوەی بیرکردنەوەمن. لەبەر ئەوەی یەکەمین هەنگاو ئەوەبوو کە حەزەکانی خۆم بدۆزمەوە و بزانم کە بیر و بڕواکانم لە چ لایەنێکەوە بەهێزن.

لەگەڵ هەوڵدان بۆ ناسینی خۆم بە گرنگی ژیری زۆرتر ئاگادار بووم و زانیم کە ژیری لە هەموو بوارەکاندا یارمەتی دەرە، بەمەرجێک بەشێوەی دروست سوودی لێ وەربگرین. بەم شێوەیە بە پشتبەستن بەم هێزە داهێنەرە و بە دوای خۆناسین و خۆلێکدانەوەدا کە پاشان

درێژەی پێدەدەین. بە چەند سەرکەوتنێکی رێژەیی گەیشتم و ژیانم گۆڕانکاری و هەلاوێرێکی جوانی تیادا بەدی کرا.

ئەم بەسەرهاتەی خوارەوە رۆلی چڕکردنەوە و سوودوەرگرتن لە ژیری رۆشنتر دەکاتەوە.

ناپلیۆن و شانۆنامە نووسین

«پیاوی گەورە کەسێکە کە ئەگەر ئیرادەی هەبێت، بتوانێت لە نێو هەست و بیرەکانی خۆیدا نێوەندێک بدۆزێتەوە»

–ناپلیۆن–

ناپلیۆن ئیمپراتۆری فەرەنسا، هەڵکەوتوویەک بوو کە وتەکانی لە دوایین خۆیدا زۆر بەجێن و لە زۆرێک لە کتێبەکاندا بەدرێژایی باسی بەسەرهاتەکانی دەکرێت، هاتووە کە ناپلیۆن شەوێک پێش جەنگە چارەنووسسازەکەی "واتەرلۆ" کۆتا فەرمانەکانی جەنگی دەرکردن و پاش خواردنی نانی ئێوارە، بەوەی کە هێشتا دوو کاتژمێری بۆ کاتی خەوتن مابوو، رۆیشتە ژوورەکەیەوە، وەلامێکی زۆر هەیە بۆ ئەو پرسیارەی کە ئایا چۆن ئەو دوو کاتژمێرەی بەسەر بردووە؟ هەندێک دەڵێن کە لەو ماوەیەدا گوێی لە موسیقا گرتووە، هەندێکی تر بە پێداچوونەوەی پلانەکانی جەنگ یان سەرقاڵ بوون و کۆبوونەوە لەگەڵ ژناندا، باسیدەکەن، بەلام لەڕاستیدا لەم دوو کاتژمێرەدا خەریکی تەواو کردنی شانۆ نامەکەی بوو.

تێبینی کردنی ئەم بابەتە لە گرنگی چڕبوون و تایبەتمەندییەکانی بە ئاگامان دێنێت. بە چڕکردنەوەی بیر لە بابەتێک و شیکردنەوەی لە مێشکدا نەک تەنها رێگەچارەی دروستمان دەستدەکەوێت بەڵکو توانای گرنگی دانی بەجێ بۆ بابەتەکانی تر لە خۆماندا بەهێز دەکەین.

شانۆنامە نووسین پێویستی بە ئارامی دەروون، هەلی گونجاو هەیە و سەیر لەوەدایە ناپلیۆن هەرچەندە جەنگێکی گەورەی لە پێشدا بوو، دەستی بە نووسین کردووە، بەوەی کە ئایا نووسەری ئەم داستانە تاچ ئەندازەیەک وتەکانی راستن، بە تەواوی ئاشکرا نییە، بەلام

ئەگەر نیوەشی راستی هەبێت، لەگەڵ موعجیزەیەکدا رووبەڕووین، مێشکی مرۆڤ خاوەنی زۆرێک لەم چەشنە موعجێزانەیە.

پاش خوێندنەوەی ئەو داستانەیە دوور لەوەی لە ئەندازەی راستی پەنهانەکانی بیربکەمەوە–بڕیارمدا بە راهێنان و چڕکردنەوەی بیر و بەپشت– بەستن پێی، کێشەکانم لەناوبەرم. یەکەمین هەنگاو رێگری کردنە لە هێرشی بیر و بۆچوونە جیاوازەکان لە کاتی خەودا. بۆ رزگاربوون لەم جۆرە بیرانە پێویست بوو بە تەواوەتی بیر لە خەو بکەمەوە، ١٠ رۆژ بەردەوام راهێنانم لەم شێوازەدا دەکرد هەتاوەکو دواجار توانیم خێرا بخەوم و بەیانیش لە کاتی دیاریکراودا هەستم. ئێستا کە ئاگاداری هێزی مێشک و فەرمانەکانی بووم پێویست بوو «خواری»یەکان و «نشیوی»یەکانی کردار و رەفتاری خۆم بناسم. و برۆمە بواری «خۆدروستکردن»ەوە. هەروەک پێشتر ئاماژەم پێکرد. هەر جۆرە بەرنامە رێژیەکی دروست لە رێرەوەی ئامانجدا دەبێت لە ناسینی خۆوە سەرچاوە بگرێت. تا ئەو کاتەی کە ئەگەین بە ناسینی راستەقینەی خۆمان، لە رێڕەوەی ژیاندا رووبەڕووی بن بەستەکان دەبینەوە.

بۆ ناسینی خۆم چیم کرد

«هیچ تەماشاکردنێک سوود بەخش تر و پەند وەرگرتن نییە لەوەی کە تەماشای بیر و کردارەکانی خۆمان بکەین»

–مطیع الدوله حجازی–

دوژمنان رووبەڕوونابنەوە لە تۆ

ئەگەر تۆ رووبەڕوو نەبیتەوە لە خۆ

–ئیبراهیم خواجە نوری–

باشە، ئەم رەفتارە یەکەمین هەنگاوی ناسینی هەرچی زۆرتری کێشە و «نشێوی»یە رۆحی و رەفتارییەکانم بوو، دەبوو لە خواست و ئارەزووە ناوەکییەکانم ئاگاداربم و بەها دیاریکراوەکانم بەراورد بکەم.

ئەو ڕۆژانە پێداچوونەوەی دەروونی هێشتا باونەبوو، ئەگەر کەسێک جۆرە بیرێکی ئاوەهای لە سەردا ببوایە، غیرەتی ئەنجامدانی نەبوو. دەترسا لەوەی نەوەک بەشێت ناوزەد بکرێ. لە کارەکەی پاشگەز دەبوویەوە و تەنها ژمارەیەکی کەم لە دەروونناسان و پەیڕەوەکانیان ئەم کارەیان ئەنجامدەدا. لەگەڵ ئەم بارەشدا بڕیارمدا بە کڕینی کتێبە ئاسانەکانی دەروونناسی و هەوڵمدا کە هەنگاوە سەرەتاییەکانم بە کردار بکەم. کتێبێک کە پێش هەموو ئەوانی دی سەرنجی راکێشام "رەوانکاری"" گەڕان بۆ دەروون" لە نووسینی «ئیبراهیم خواجە نوری» بوو. کە بە نووسینێکی بە بڕشت و زمانێکی سادە نووسرا بوو.

خوێندنەوەی ئەم پەرتووکە و کێتبە دەرونناسییەکانی دی نەک تەنها لەو ڕۆژانەدا بە کۆمەکم گەیشتن بەڵکو بوون بە مەبەستێک کە دواتریش خوێندنم لەم بوارەدا درێژە پێ بدەم.

داستانی «دیۆجین»ی حەکیم، لە دەرکپێکردنی گرنگی ئەو کارەی کەوا دەمویست دەستی پێبکەم کاریگەر بوو.

لە یەکێک لە جەژنەکانی یۆنانی کۆندا ژمارەیەکی زۆر لە خەڵکی هاتبوونە تەماشای کێبەڕکێی زۆرانبازی، لەوانەش «دیۆجین»ی حەکیم.

پیاوێک بە گاڵتەوە پرسیاری لێکرد بەم جەستە بچووک و لاوازەوە لێرە چی دەکەیت؟ ئەو کەسانەی کە لێرە کۆبوونەتەوە یان وەرزشکارن یان حەزیان لەم جۆرە سەرگەرمیانەیە. تۆ دەبێت لە نێو ژوورێک و لە نێو کتێبەکان خۆت ون کەیت! دیۆجین وەڵامی دایەوە من هاتووم زۆران بگرم، پیاوەکە بە پێکەنینەوە وتی: زۆران! لەگەڵ کێ؟ حەکیم وتی لەگەڵ خۆم، ئەمە سەخترین و پەند دارترینی زۆرانەکانە.

چۆن کەم و کورتیەکانم دۆزیەوە

«دەمەوێت یەخەی چارەنووس بگرم، ئەو ناتوانێت لە بەرامبەر ژیاندا سەرم نەوی بکات، سەرکەوتن بۆ من دەبێت»

-لیودویگ ڤۆن بیتهۆڤن-

خوێندنەوەی پەرتووکە جیاوازەکانی دەروونزانی شەهامەت و بوێریان بە من بەخشی بووبە هۆی ئەوەی لە دیدێکی قووڵترەوە لە نەنگییەکانی خۆم بڕوانم، کاتێک لەگەڵ خۆم خەلوەتم کرد و گوێم لە هاوارەکانی دەروونم گرت، بۆم دەرکەوت کە:

ا- هەستی خۆ بە کەم زانیم هەیە.

ب- لە سەلماندنی وتەکانی خۆمدا پێداگری دەکەم.

ت- پەشۆکاو و حەپەساوم.

پ- لەخۆباییبوونی زۆرم هەیە و بەداخەوە شانازیشی پێوە دەکەم.

ج- زۆر توڕەدەبم و زۆر دەرەنجێم.

ح- هەڵسوکەوتم لەگەڵ چەند خوو نەریتێکدایە کە هەندێکیان باش نین.

جگە لەمانە زۆر بەهەڵبەزی لەگەڵ خەڵکدا مامەڵە دەکەم. باشە، بە بوونی ئەم سیفاتە نێگەتیڤانە دەبێت چ شێوازێک بەکاربهێنم؟

چاوم لێ پۆشیبایەن، پەنام بۆ پاساوگەلی لۆجێکی بردبایە و بۆ هەریەکیان هۆکارگەلێکم هێنابایەن، یا ئەوەی کە دەستم دابایە نەهێشتن و دەرمانکردبیان بەڵگە نەویستە کە ڕێگای دووەمم هەڵبژارد.

لەڕاستیدا، ئاگایی لەم جۆرە کەم و کورتیانە دەبوو ورەی منی بێهێزکردبایە و هیوای لە مندا لەناوببردایە، بەڵام خۆشبەختانە بەم جۆرە نەبوو، بەو پێیەی کە بە توانا و لێهاتووە و بە هێزەکانی خۆم باوەڕم هەبوو و ئامانجم ژیانێکی پڕ بارتر و دروستکەرتر بوو. بە ئیرادەیەکی پۆلایینەوە رووبەڕووی ئەو کەم و کورتیانە بوومەوە و بەرهەمی ئەزموونەکانم بەم جۆرەی لێهات.

قۆناغەکانی خۆناسین

«کەسێک کە ئەوپەڕی کۆششی لە ناسینی خۆیدا بەکاربهێنێت چی دی ئەو کەسەی پێشو نییە»

-دانایەکی ئینگلیزی-



«خوو نەریتی خراپ یەکەم جار گەڕۆکە دووەم جار
میوان و دوای ئەوە دەبێتە خاوەنی ماڵ»

-پەندێکی مەجەری-

بۆ نەهێشتنی کێشەکانم ئەم قۆناغانەی خوارەوەم گوزەراندن و بە شێوەیەکی کورت و وەک شێوازێکی کارساز باسی دەکەم:

ا- هەوڵمدا خودی کێشە و نەنگیەکانم بناسم.

ب- لە کاریگەری و زیانی کەم و کورتییەکان ئاگادار بوومەوە، بەبێ رق و بە ویژدانەوە لە لای خۆم وێنەیەکم پێ بەخشی.

ت- دڵنیابووم لە بوونی چەندین کەم و کورتی کە رێگری سەرکەوتنم بوون و قبووڵمکرد کە خاوەنی ئەم جۆرە کەم و کورتیانەم.

نەهێشتنی کێشەکان

«من لە رێگەی نەخشین و بێ ماندووبوون بەم پلە
نەگەیشتووم، هەمیشە دروشمم لە ژیاندا بریتی بووە لەوەی
کە لەگەڵ رێگرییەکاندا بجەنگم و بەسەریاندا زاڵ بم»

-بدمۆند بورک-

پاش یادداشت و رێکخستنی کێشە و کەم و کورتییەکانم، بە گرنگی دان بە ئامۆژگاری و پێشنیارەکانی ئەو کتێبانەی لە یادم بوون، بە جیاجیا ئاوڕم لە یەک بە یەکیان دایەوە، چونکە نەهێشتنی یەکجاری ئەو هەموو کەم و کورتیانە ئاسان نەبوو، لە پێش گرتنی ئەم شێوازە تایبەتمەندی خۆی هەبوو:

ا- بۆ نەهێشتنی هەر کێشەیەک دەبێت دوو تا سێ هەفتە تەرخانبکەیت.

ب- کە هەر سەرکەوتنێکم دەستدەکەوت ورەی بەهێز دەکردم و ئیرادەمی بۆ چارەسەری کێشەکانی دی بەتین تر دەکرد.

ت- لەناوبردنی یەک لە دوای یەکی ئەو نەریت و کەم و کورتییە خراپانەی کە بە شێوەیەکی کاتی دووچاری قەیرانێکی گەورەی رۆحی و فشاری دەماریان کرد بووم بە

جۆرێک کە نزیک بوو لە خۆم بێزار ببم، بەڵام پێداگرتن لەسەر ئامانج و ئارەزووەکانم منیان لە هەر جۆرە نائومێدییەک دوورخستەوە.

دەبێت ئەو خاڵە باس بکەم کە نەهێشتنی کێشە رەفتارییەکان، بە گشتی پێویستیان بە ئاگابوون نییە لێیان، بەڵکو دەبێت دەست بە کاربین و راهێنان ئەنجامبدەین. بە رۆیشتن بۆ یاریگا و تەماشکردن نابینە وەرزشەوان، هەتا خۆمان راهێنان بە ئەنجامنەگەیەنین، هیچ سەوز نابێت، چارەی کێشە و نەنگییەکانیش بەهەمان شێوەیە. بەخۆناسین و راهێنانی بەردەوام لە تەنگەژە رزگارمان دەبێت و لە راستی بوونمان نزیکتر دەبینەوە.

بەو پێیەی کە نامەوێت وەک دەروونناسێک دەربکەوم بە «بکە» و «مەکە»کانم ماندووتان بکەم، تەنها هەلوێستەکانم بۆ نەهێشتنی گرفتەکان ئاوەڵا دەکەم. هەتا سەرمەشقێکی گونجاو بن بۆ گۆڕانکاری تواناکانی دەروونتان.

ئەگەر نیازت بە زانیاری زۆر تر هەبێت، پەرتووکە دەروونناسییەکان و پێشنیاری راوێژکارە شارەزاکان، رێگانیشان دەرتان دەبن، ئەم هەڵوێستە سێ لایەنەی خوارەوە لەخێراکردنی چاکسازیەکانمدا زۆر کاریگەر بوون.

ا- نووسین:

یەکەمین هەنگاو نووسینی کەم و کورتی و جیاکەرەوەکانم بوون لە چەند پەرەیەکی جیادا و بەراوردکردنیان لەگەڵ یەکدیدا. بەداخەوە بۆم روون بۆوە کە تای تەرازوو بەلای کەم و کورتییەکاندا قورسە، بەڵام لەجێی خەفەت و نائومێدی، بەم شێوەیە دڵی خۆم دایەوە کە دوای نەهێشتنی ئەم کێشانە و بەدیهێنانی چاکسازییەکان، هێز بۆ تای «چاکەخوازی» دەگوێزرێتەوە بە هەوڵ و بەردەوامی و بەرگریکردن، قورسییەکەی لە بەرامبەر تای کەم و کورتی زۆرتر دەبێت.

«خۆشبەختی و گەشبینی» ئومێدی زیادکردم و نووسینی بەردەوام و بەراوردکردنی تایبەتمەندییە خۆش و ناخۆشەکانی خۆم هەراسانیان نەکردم و هەموو کاتێک هەڵوێستی پێویستم بۆ نەهێشتنی ئەم کەم و کورتیانە یادداشتدەکرد و لەجێیەکی گونجاو و بەردەست دام دەنان.



ب- دووبارە:

هەموو کاتەکانی شەو و رۆژ پێویستیان بە هەڵوێستێکی کارساز و بەجێیە بۆ لابردنی ئەم کەم و کورتیانە، ئەمانەم لەگەڵ خۆمدا دووبارە دەکردنەوە. لەو باوەڕەدا بووم کە ئەم ناهەمواری و نەهامەتیانە نابنە هۆی سووک بوون و سەرنەویکردنم، ئەگەر توانیم زاڵ بم بەسەریدا جگە لە گۆڕان و بەرزبوونەوەی ئەندێشە و بیرەکان لە رووبەڕووبوونەوەی کێشەکانی ژیاندا، بە چەند پێشکەوتنێکی پراکتیکیش دەگەم.

شایەنی باسە بە ئاگابوونم لە کەم و کورتییەکانم لە رەهەندی گەڕان بە دووی خۆدا بەو ئەنجامە گەیشتم کە سەروکارم لەگەڵ چ هاورێیانێکی ئارامگر و هێمندا هەیە کە سەرەڕای ئەم ناهەمواریانە، رەفتارەکانی من قبووڵدەکەن. چونکە مرۆڤ پێش ئەوەی پێ بخاتە ناو شێوەی خۆ دروستکردن و پاکوخاوێنی دەروون، نازانێ کە خاوەنی چ کەم و کورتییەکە. لەبەر ئەوە دەبێت سوپاسی هاورێی و کەسە نزیکەکانی بکات کە سازگاربوون لە مامەڵەکردن لەگەڵیدا.

ج- تەڵقین:

هەموو شەوێک پێش خەوتن تایبەتمەندیەکان نەهێشتنی ئەم کەم و کورتیانەم چەندین جار بەخۆم تەڵقین دەکرد بە رۆژیش لەم کارە غافڵ نەدەبووم، هەروەها بەچڕبوونەوە لە تایبەتمەندییە باشەکانی خۆم هێزم بە ورەم دەدا و ئەم هەستی رازی بوون بەخۆیەوە منی لە ناسینی ناهەمواریەکانی تر و دواجار چارەسەرکردنیان، یارمەتی دەدا.

پێش ئەوەی بە وورییایی لە شێوازە کردارییەکانی کتێبەکەش سوود وەربگرم، چەند رێگایەکی نادروستم بە کاردەهێنان و هەوڵم دەدا وەک کەسانی بێ ئاگا و کەم بین کە تەنها زۆر و بازوویان لە قسەدایە، بڕۆمە جەنگی کێشەکان، بەم شێوە بۆ نەهێشتنی هەر کەم و کورتییەک پەتێک لە پەنجەی دەستم دەبەستم و هەتا کاتێک کە کێشەکە بەرووکار کۆتایی پێ نەیەت، نایکەمەوە، سوود وەرگرتن لە زاراوەی بە رووکار لێرەدا مەبەستێکی تایبەتی لە پشتە. ئەگەر کێشە و ناهەمواریەکان بە شێوەیەکی بنەڕەتی و بنچینەیی ریشەکێش

نەکرێن، پاش ماوەیەکی دی دێنەوە رێمان، دەبێت بە دوای هۆکارە نادیار و پەنهانەکانی ناو مێشکماندا بگەڕێن هەتاوەکو دەرمانی بنەڕەتیمان دەستکەوێت.

هەندێ لە نەریتەکان دەتوانرێت بە یارمەتی ئیرادە کۆنترۆڵ بکرێن، بەڵام کێشە رەفتارییەکان زیادتر لەوەن کە بە هەڵوێستێکی رووکەش لەناو ببرێن. بەم جۆرە ئەو قۆناغانەی سەرەوە واتە، نووسین و دووبارە و تەڵقین، کاریگەری خۆیان بەجێهێشت و منیان لە زیندانی خۆ هەڵخەڵەتاندندا -بێگومان بەشێوەیەکی رێژەیی- دەرباز کرد. ئەم سەرکەوتنە چالاکی کردم و پەرۆشی بۆ سەرکەوتن و پێشکەوتن سەدان جار زیاتر کردم.

هێمنی لە نێو کەوروبەردا

«سەنتەری هێزی خۆمان بگوازینەوە دەروونی خۆمان ئەو کاتە دەکەوینە ئارامییەکی رەها»

-کارین هۆرینی-

بەلابردنی هێدی هێدی ئەو ناهەمواری و کەم و کورتیانە ورەیەکی بەهێز و ئیرادەیەکی چەسپاوترم بۆ دروست بوو، ئەمەش متمانە بەخۆ بوونێکی لە مندا بەدیهێنا کە کاریگەری هەبوو لەسەر هەنگاوەکانی دواترم، بە کورتی، بە جۆرێک بەسەر خۆمدا زاڵبووم کە لە رووبەڕووبوونەوەی هاوکاران و دۆستاندا بە ئارامی و خوێنساردی و هێمنی لە بەرنامە رێژی و پرۆژەکانم بەرگریم دەکرد. چی دی بەشوێن دەنگ و رازی بوونی کەسانی تردا نەبووم و بە ئاگاییەوە بڕیارە دروستەکانم دەخستنەکارەوە. هەڵبەتە ئەگەر لێکۆڵینەوەیەک و راوێژێک و قوڵبوونەوەیەکی دروست ئەو دەست بەکاربوونەی بسەلماندایە.

لە کتێبی دوکتۆر داینر، دەروونناسی بەناوبانگی ئەمریکیدا نموونەیەکی جوان هەیە کە لێرەدا بابەتەکەمان رۆشنتر دەکاتەوە. بەچکە پشیلەیەک بۆ گرتنی کلکی بەردەوام بەدەوری خۆیدا دەسوڕایەوە، هەتا رۆژێک وتی: رۆڵە گیان، پێویست بەم کارە ناکات، تۆ بەرێگەی خۆتدا برۆ، کلکیش بە دواتدا دێت. خوێندنەوەی کتێبە دەروونناسی و خۆناسییەکان بە منیان سەلماند راگرتنی هێمنی لە بەرامبەر کەسانی تردا و گوێ نەدان بەهەر جۆرە دەنگ و

پشتگیری کردنێک و دواجار کۆنترۆلکردنی کێشە دەروونیەکان، کاریگەری ژیان بەخش لە مرۆڤدا جێ دەهێڵن و هێزی دەدەنێ بۆ نەهێشتنی هەر کێشەیەک.

بەدەستهێنانی ورەیەکی بەم جۆرە هۆکاری گەشەی بەردەوام و سەرکەوتنی یەک لە دوای یەک بوو، کە بەشێک لەو دەستکەوتانە لە بەشەکانی پێشوودا، لە باس کردنی چۆنیەتی بەردەوام بوونی خوێندن لێیان دووام و ئەگەر پێویست بکات لە بەشەکانی دیکەشدا ئاوڕیان لێ دەدەمەوە.

کورتەی بەشی یازدەیەم

※ فکری گەورکانی کاتێک بەهای راستەقینەی خۆیان ئاشکرادەکەن و شێوەی ژیانمان دەگۆڕن کە بەکاربهێنرێن.

※ کێشە و گرفتەکانی ژیان وەک قەلەڕەشە ترسناکەکانن، بەمەرجێک وەک هەڵۆ هێرشیان بۆ بهێین.

※ بە گرینگی دان بە بابەتێک و شیکردنەوەی لە مێشکماندا نەک تەنها رێگەچارە دروستەکانمان چنگ دەکەون، بەڵکو برەودان بە بەباتەکانی دیکەش لە مێشکماندا بەهێز دەبن.

※ رەچاو حەزو ئارەزووەکانی خۆتان بکەن و بزانن کە بیروباوەڕەکانتان بە چ لایەکدا بە هێزە.

※ بۆ پێشکەوتن لە کارەکاندا ناچارن خۆتان زیاتر بناسن، ئاگابوون کە کێشەو "نەنگی" یەکانی رەفتارتان مەرجی پێشینەی هەرجۆرە خۆدروستکردنێکە.

بەشی دوانزەیەم

داوەری کەسانی دی دەربارەی تۆ

((بۆ ئەوەی لەچاڵێک ئاو دەربهێنین دەبێت سوود لە سەتڵ وەربگرین نەک هێڵەک)).

ـ پەندێکی فارسی ـ

بۆ ئەنجامدانی هەموو کارێک پێویست ناکات کەسانی تر ئاگادار بکەینەوە، هەروەها بەرنامە و نەخشەکانتان باس مەکەن بۆ دەوروبەر، مەگەر بۆ کەسانێک کە ڕاوێژپێکردنیان سوود بەخشبێت.بە **دادوەری، لایەنگری و دەنگی کەسانی ڕەشبین و حەسوود گرنگی مەدەن. ئەوە بزانن کە هەندێکن لەدەوروبەرتان تارەخنە لەکارەکانتان بگرن و لەبڕیاردانی کارێک کە دڵنیایت لەئەنجامەکەی، پاشگەزتان بکەنەوە. لەبەرامبەر ئەم کەسانە هۆشیارین و سەرکەوتنەکانی خۆتانیان بۆ دەرمەبڕن. چونکە ئاگری و تورەیی و ئیرەییان بەسەردا دەبارێت. کەسێک جگە لەشارەزاییەکی بەئەمەک، بەڕێوەبەرێکی دڵسوز و هاوڕێیەکی نزیک، مافی دادپەروەری و خۆهەڵقورتاندنی نییە لەکارەکانی تۆدا.** هەرکە کارەکەت پەسەندکرابوو، هانت دەدات و کارەکەت دەنرخێنێت و ڕێگای پێشکەوتن و بڵندبوونت لەبەردەمدا ئاوەڵا دەکات.

ئابراهەم لینکۆڵن کەسایەتی وردبین و وتە بەنرخ دەڵێت: ((ئەگەر کاتەکانم لەوەڵامدانەوەی ڕەخنەکانی کەسانی تردا سەرف کردایە، چیتر هەلێکم بۆ ئەنجامدانی تەنها کارێکم نەدەما)).[*] هەروەها دەڵێت: ((ئەگەر ئەنجامی کارێک باش بوو، هەمووان

[*] Near explain near complain.

دەستخۆشیت لێدەکەن، بەڵام ئەگەر سەد فریشتەی ئاسمان بەسەرتەوە بنیشنەوە و لەبەرامبەر کارێکی هەڵەدا باس لەبەرزی و نرخاندنی تۆ بکەن، هیچ کرپیارێکت نابێت)).

حەسوودی بردن:

((جیاوازی نێوان (غبطه وحسد)بزانن چونکە، حەزکردن بەگەیشتنی ئەو شتەیە کە لە یەکێکی تردا هەستت پێکردووە. حەسەد، ئارەزووکردنی لەناوچوونی ئەو شتەیە)).

دەبێت قبووڵیبکەین کەکاتێک لەچەند بەرەیەکدا دەجەنگێت و لەهەموویاندا سەرکەوتوو سەربەرزیت، دەکەویتە بەر حەسوودی هەندێ لەدەوروبەرت و لەوانەیە بەچەندین سیفاتی ناشرین تاوانبارت بکەن، وەک، شانست هەبوو، بەڕێکەوت سەرکەوتیت، دەستپاک و کار دروستبووە، یارمەتی لەکەسانی تر داواکردووە، بەکورتی دەیان تاوان و خەیاڵی بێ بنچینەیی تر.

کەسانێک ئیرەیی دەبەن، کە خاوەنی ئەو تایبەتمەندییە باشانەنین کە لەتۆدا هەن. لەبەر ئەوە ڕەفتارەکەیان بە **دژایەتی** لەقەڵەم مەدەن. ئێستا ئەگەر کەسێکی حەسوود شانازی و فەخری پێ فرۆشت، ئەرکی تۆ لەبەرامبەری ئەودا چی دەبێت؟ ئایا بەزمانێکی ناشرین ئازاری بدەیت، یان هەلی پێبدەیت کە هەست بەشادی و هێمنی بکات؟ مامەڵەی دووەم لە ڕێز و نرخمان لەبەرامبەر دەوروبەردا زیادەدکات. لەم بارانەدا بۆ ئەوەی پەرچە کردارێک لەخۆ نیشانبدین، بیر لە هۆی شانازی فرۆشتنی ئەو کەسە بکەرەوە، سەرئەنجام، بەکەمێک بیرکردنەوە لەڕەفتاری ئەو،تێدەگەیت ئەو لەبەر دوو هۆکار ئەم هەڵوێستەی هەبووە، لەلایەکەوە تۆی بە شایستە و دروست زانیوە و لەلایەکی دیکەوە، چەند خاڵێکی پەسەندکراوی لە ئەرێنی تۆدا دیوە کە خۆی خاوەنی ئەو خاڵانە نەبووە و بۆ ئەوەی هەست بەکەم و کورتی نەکات، هانای بۆ حەسوودی و شانازی فرۆشی هێناوە.

لەبیرمان نەچێت، ئەگەر کەسێک کارێکی گونجاوی بەئەنجامگەیاند، دەبێت چاوەڕێی ڕەخنەی دەوروبەر بێت. کەسێک وانەیەک دەنووسێتەوە، دەگونجێت هەڵەش بنووسێت، بەڵام کەسێک کە هیچی نەنووسیوەتە، هەڵەش ناکات لەبەر ئەوەی کارێکی نەکردووە. **نادری ابراهیمی** لەکتێبی ((**چل نامە بۆ هاوسەرەکەم**))دا دەڵێت ((هەرکەس کە کارێک دەکات، هەرچەندە بچووکیش بێت، لەبەردەم توڕەیی کەسانێکدایە کە کارناکەن، هەر کەسێک کە شتێک دروستدەکات تەنانەت هێلانە روخاوێکی جووتێک کۆتریش ((بێزارەو لەلایەن هەموو ئەو کەسانەوە کە هیچ دروستناکەن)). مرۆڤی حەسوود خۆنەویستانە ئیرەیی بە هەمووان دەبات، هەمیشە لەبەراوردکردنی خۆیدایە لەگەڵ کەسانی تردا. پەندێکی یابانی دەڵێت: ((حەسوود وا دەزانێت ئەگەر پێی هاوسێکەی بشکێت، ئەو باشتر دەڕوات بەڕێوە)).

هیچ کەس لەقە لە سەگی مردوو نادات

_سعدی شیرازی _

لە کتێبی ((**بەرنامەی ژیان**))ی ((**دیل کارنیگی**))دا داستانێک هاتووە کە باسکردنی لێرەدا گونجاوە و بەسەر هاتەکە بەم جۆرەیە:

شازادەیەک لە خوێندنگەیەکی دەوڵەتیدا دەیخوێند، ڕۆژێک لەگەڵ یەکێک لەهاوڕێکانیدا تێ هەڵچوو. هاوپۆلەکەی بوێر و بێ باکانە لەقەیەکی لە شازادەی نازدار داو لەبەرچاو قوتابییەکانی تردا سووکی کرد. شازادەکە چاوەڕێی ئەم جۆرە ڕفتارەی نەدەکرد. شەکوای حاڵی خۆی گەیاندە بەڕێوەبەری خوێندنگا. بەڕێوەبەر بەسەرسوڕمانەوە لە خوێندکارەکەی پرسی: بۆچی ئەم کارەت کرد؟ مەگەر نازانی ئەو شازادەیە و لەداهاتوودا دەبێتە پاشای ئەم وڵاتە؟ کوڕەکە وەڵامی دایەوە: بەڵێ، زۆر باش دەزانم. لەبەر ئەوە شەقێکم لێدا، کاتێک بووبە پاشای وڵات، بەهاوڕێیەکانم بڵێم کە لەلاویدا کارێکی بەم جۆرەم کردووە.

باشە، ئەگەر بەم شیکردنەوەیە کەسێک ئیرەیی پێ بردی، نابێت نارەحەت بیت. بێگومان هەندێ جیاکەرەوەی بەرچاو لەتۆدا هەبوون کە حەسوودی ئەویان وروژاندووە.

هەموو دوژمنایەتییەکان بەجدی وەرمەگرن، چونکە هەندێک لەوانە لەکێ برکێی چاوتێبڕینە وە سەرچاوە دەگرێت.

چاکە لەگەڵ هەمووان، خراپە لەگەڵ هیچ کەس

– حافظی شیرازی –

ئەگەر بمانەوێت لەژیاندا بەسەرکەوتن و کامەرانی بگەین دەبێت خۆ ڕاگر و ماندوو نەناسبین مەجالی هیچ هەوڵێکی تێکدەرانەی دەورەبەر بۆ کارەکان نەڕەخسێنین و شێوازێک لەپێش بگرین کە کەمتربکەوین بەر ڕەخنە و ئیرەیی بردنی کەسانی تر. دروشمی ((چاکە کردن لەگەڵ هەمووان، خراپە لەگەڵ هیچ کەس)) پەیامێکی مرۆیی و ژیان بەخشە کە بەدووبارە کردنەوە و تەلقیندانی دەتوانرێت بیرە نەرێنییەکان لەخۆمان دووربخەینەوەو چاکە لەگەڵ هەمووان بکەین. من ئەم دروشمەم لەسەر کاغەزێک نووسی و لەسەر میزی کارەکەمم دا نا. هەتاوەکو هەمیشە بە بینینی، **بیری دۆستی لەگەڵ دوژمنان لە ناخمدا زیندوو بکەمەوە**. شایەنی وتنە کەسانی حەسوود هیچ بناغە و بنچینەیەکیان نییە. ئەوان بە وتەی خراپ و ناشرین هەوڵی هەڵگیرسانی ناهەمواری ڕۆح و دەروونمان دەدەن کە لەوانەیە بەهۆی ناکامی یەک لەژیاندا، تووشی بووبن. لەبەر ئەوە باشترە کە ئەو ڕق و کینە بردنەی دەروونیان لەناوببەین و بەدەرپرینی سۆزوخۆشەویستی لەو ڕەفتارەیان شەرمەزاریان بکەین.

شەوانە هەرمێیەک

چارەی هەندێک لە کێشەکان بۆ زۆرینەمان بەدژواری دێتە بەرچاو بەڵام دەبێت ڕەچاوی ئەو ڕاستییە بکەین کە کێشەکانمان هێندە نادیار و ئاڵۆزنین کە نەتوانین زاڵبین بەسەریاندا، بەواتەیەکی تر **کێشەکانمان بە ئەندازەی تواناکانمانن** بۆ نموونە: کێشەی کارمەندێکی سادە وەک کێشەی دیبلۆماسێکی ناسراو نییە.

هەروەها کرێکارێکی ئاسایی کێشەکانی جیاوازترن، ئەگەر بەراورد بکرێت لەگەڵ ئەندازیارێکی بیناسازیدا. لەبەر ئەوە پەندێکی پێشینانی فارسی هەیە دەڵێت:

((کێشەکانی مرۆڤ وەک سەگن ئەگەر لەترسیان ڕابکەین بەدواماندا دێت و ئەگەر هێرشیان بۆ ببەین ڕادەکەن)).

ناپلیۆن دەڵێت ((بۆ کوژاندنەوەی ئاگر دەبێت لێی نزیک بینەوە)) ڕاکردن لە ئاگر دەبێتە هۆی هەڵگیرسان و تەشەنەکردنی بۆ ناوچەکانی دیکە.

ئێستا دمەوێت داستانی ((شەوانە هەرمێیەک)) تان بۆ بگێڕمەوە هەتاوەکو پەیوەندییەکانی بابەتەکەی سەرەوەتان بۆ ڕوون بێتەوە.

دەڵێن کوێخای دێیەک ڕۆیشتە شار بۆ لای پزیشک، بۆ چارەسەری سەرئێشەی درێژ خایەن و ئازاری کۆئەندامی هەرس. دکتۆر دوای پشکنین و پرسیار و وەڵام، شەوانە یەک هەرمێ و بەیانیان پەرداخێک ئاوی بۆ نووسی. کوێخاش کە لەڕێی دوورەوە هاتبوو بێزاربوو وتی (کاک دکتۆر، ئەمە چ دەواو دەرمانێکە؟ بۆچی دەرزی ودەرمانم پێ نادەی؟ من ئەو ڕێگایانەم نەبڕیوە بۆ ئەوەی گاڵتەم پێبکەی، دکتۆر بە هێواشی وەڵامی دایەوە: کوێخای بەڕێز بۆچی گاڵتەت پێبکەم! من تۆم خۆش دەوێت، بەڵام نەخۆشییەکت هەیەو باشترین دەرمان بۆ ئەو دەردە، شەوانە هەرمێیەکە و بەیانیان یەک پەرداخ ئاوی سارد. بۆچی دەتەوێت ورگت بەداو و دەرمان پڕکەیت !.

زۆرینەی کارەکانمان وەک ئەو جۆرەی کە دەردەکەون دژوار نین و لەوانەیە ئەنجامدانی سیان لە دەرمان نووسینەکەی ئەو پزیشکەش ئاسانتربێت.

خۆڕاگری لەبەردەم ناخۆشییەکاندا

((لاوێک کە توانای کەمە و ورە و ئیرادەی زۆرە لەکەسێک کە خاوەن تواناو ورە و ئیرادەی کەمە، سەرکەوتووترە))

-جیمس رایلی-

یەکەمین سەرکەوتنی ڕێژەیی من لە خۆراگری و پشتکارییەوە بەدەستکەوت، لەیادمە هاوکات لەگەڵ خوێندندا لە کۆمپانیایەکی فرۆشتنی ڕووپۆشی دیواردا کارم دەکرد. پاش تێپەڕبوونی دووهەفتە، پێنج پەیماننامەی فرۆشتنم بۆ بەڕێوەبەری کارخانەکەم ناردن،

بەڕێوەبەری کارخانەکە مروڤێکی زمان شیرین بوو، وتی کارەکەم زۆر باش بوو، بەڵام ئەم بەڵێننامانە هێندە نرخیان نییە. هەوڵبدە لە ئایندەدا کاری گەورەترت دەستگیربێت.

ئامۆژگاری یەکمم لە گوێ گرت و بە هەوڵێکی ماندوونەناسانە بەردەوام بووم. بەهۆی پەیماننامە یەک لەدوای یەکەکان ناوی منی خستە نێو ناوانەوە و ئاگری توڕەیی و حەسوودی خەڵکانی بازاڕی هەڵگیرساند، بەجۆرێک پلانی جۆراوجۆریان بۆ دەکێشام. هەموو ڕۆژێک کێشەیەکی نوێیان بۆ دروست دەکردم، بەڵام من لەسەر بڕیاری خۆم پێ ڕاگربووم و خوازیاربووم بە پێ داگری و چەسپاوی درێژە بەڕێرەوی خۆم بدە.

بۆ گەیشتن بە بەهەشت، ئەتوانیت لە دۆزەخەوە دەستپێبکەیت.

((ئەندازەی خۆشبەختی و بەدبەختی مرۆڤەکان تەنها بە خۆیانن، بەدیدێت.))

-لین کۆڵن-

دەستەواژەکەی سەرەوە وتەی دکتۆر ((موصەدیق))ە. دەڵێت: ((ئەوەی کە کەسانی تر لەیەکەمین مامەڵەدا چ هەڵوێستێک نیشاندەدەن، گرنگ نییە، لەوانەیە ئەم ڕووبەڕووبوونەوەیە دۆستانە نەبێت، لەوانەشە هەندێک قازانج لەوپەیوەندییەدا لەدەستبدەن، بەڵام دڵسارد مەبنەوە گرنگ ئەوەیە کە بتوانن لێک ێگەیشتن و ڕێکەوتن لەگەڵ خەڵکیدا بگۆڕن بە دۆستی و پێکەوە گونجان.

لەهەموو لایەکەوە کەوتبوومە ژێر بارانی حەسوودی بردن و ڕق لێبوونەوەی هاوکارەکانم و لە هەمان کاتدا شلەژاو و نیگەران بووم، بڕیارمدا بە ئاراستەیەکی باشتر ڕەفتاری نادروست و نامرۆیی ئەوان بگۆڕم بە ڕەفتارێکی باش و ئەرێنی. بۆ ڕوونکردنەوەی ئەم بابەتە باشترە یەکێک لە ڕووداوەکانی ئەو ساڵانە ڕاڤە بکەم.

بەڕێوەبەری فرۆشتنی کۆمپانیا، ڕۆژێکیان ئادرێسی یەکێک لە شوێنە دوور دەستەکانی تارانی پێ سپاردم و وتی: دەبێت لەگەڵ کەسێکدا بۆ کڕینی ڕووپۆشی دیوار پەیمان ببەستم. هەرچەندە کە کاتژمێر ٥ی پاش نیوەڕۆی زستان و ئاو و هەواش زۆر ساردبوو،

ڕێیشتمە شوێنی دیاریکراو، بەڵام بەداخەوە نەمتوانی ناونیشانەکە بدۆزمەوە. دواتر زانرا کە هاوکارەکان گاڵتەیان بەمن کردووە و ناونیشانێکی درۆیان بە بەڕێوەبەری فرۆشتن داوە. ئەویش بێ ئاگا لەم کارە، ناونیشانەکەی بەمن داوە. ئەم بابەتە زۆر منی توڕە کردبوو، بەڵام توڕەبوونەکەم ڕێگری چوونە ناو ئەو ناوچە دوورە نەبوو. ئەو ڕۆژە نزیکەی کاتژمێر ٩ سەرم لەهەموو شوێنێکدا و بەرهەمەکانم پێشکەش کردن و ناساندمن. بەرهەمی هەوڵ و کۆششم پاش چەند ڕۆژ دەرکەوت، چونکە چەندین پەیماننامەی نوێم لە گیرفاندابوو بەڵام هاوڕێ بێ ئامانجەکانی من هیچ پێشکەوتنێکیان بەخۆوە نەدیبوو. بیرمکردەوە هەرگیز وەک ئەوان ڕەفتارنەکەم و توانای خۆم بۆ لاوازکردن و شکاندنی کاری ئەوان بەکارنەهێنم. درێژەم بە ڕێگەی خۆم دا و گوێم بە کارشکێنییەکانی ئەوان نەدا، تا ئەوەی هاتنە سەر هۆش و پەیوەندییان لەگەڵ مندا باشتربوو.

ڕاستگۆیی باشترین سیاسەتە

((ڕاستگۆیی چاکترتان دەناسێنێت لە درۆکردن))

زمان لە دونیای پەیوەندی ئەمڕۆدا جێگایەکی تایبەتی خۆی هەیە و بەو پێیەی ئامرازی گواستنەوەی بیروبۆچوونەکانە، دەبێت بەشێوەیەکی شایستە سوودی لێ وەربگیرێت. بەکارهێنانی زمان پێویستی بەچەند مەرجێک، کە دەبێت لەکاتی خۆیدا ڕەچاوبکرێن: بۆ نموونە لەقسەوقسەلۆک و پاشملە باسکردن و زمان بازی کە هەندێ کەس کردوویانە بە پیشەی خۆیان، دووربین.

یەکێک لە هۆکارەکانی پێشکەوتنم لە کارەکاندا ڕاستگۆیی بوو، دڵنیابووم کە بەبەکارهێنانی ئەم سیاسەتە لە ئامانجەکانم نزیکتر دەبمەوە. ئەم نموونەی خوارەوە زمان حاڵی ئەمەیە کە چۆن ڕاستگۆیی لە ڕێرەوی ژیاندا کاریگەر دەبێت:

ئەو ڕۆژانەی کە زۆربەی خەڵکی شاری یەزد دەهاتنە تاران و سەرقاڵی پیشەی بینا دروستکردن دەبوون و بەم ڕێگایە بە سەروەتێکی زۆر دەگەیشتن. کاری ئەو ساڵانەی منیش فرۆشتنی جۆرێک لە ڕووپۆشی دیواربوو کە خانوو دروستکەرەکان پێویستیان بوو. لەوەڵامی

ئەواندا دەربارەی بەرهەمەکان دەمگوت کە هێندە زۆر چاکیش نییە، بەڵام کاری ئێوە ڕایی دەکات. پرسیاریان دەکرد بۆچی بەرهەمێکی باشترم نییە. من جۆرێکی ترم بەنرخێکی زیاتر بۆ پێشنیار دەکردن و کاتێک بەرهەمەکەیان بەو بەرهەمانەی تر بەراورد دەکرد، دەموت هەردووکیان بەهەمان کەرەستەی خاو دروستکراون و هیچ جیاوازییەکیان نییە. ((یەزدی))یەکان کە تەماشایان دەکرد بەرهەمی بەرامبەر عەیبدار ناکەم و هێندەش باسی بەرهەمەکەی خۆم ناکەم، خۆشحاڵ دەبوون و بەردەوام لە من بەرهەمیان دەکڕی. تەنانەت دەیانویست بەم کڕینەیان مەسرەفی خوێندنی من دابینبکەن، چونکە توانای دانی ٤٠٠٠ تمەنی مانگانەی کۆلێژم نەبوو لەو ساڵانەدا.

کورتەی بەشی دوانزەیەم

* هیچ کەسێک جگە لە خاوەن کاێکی ڕاستگۆ، سەرۆکێکی دڵسۆزوهاوڕێیەکی بەوەفا مافی دەستێوەردان و دادوەریان لە کارەکانی ئێوەدانییە.

* کەسانێک کە حەسوودی بەئێوە دەبەن، تایبەتمەندیگەلێکی بەرچاویان لەئێوەدا بینیوە، کە خۆیان ئەوەیان تێدانییە.

* بیری دۆست بوون لەگەڵ دوژمناندا لەخۆتاندا زیندووبکەنەوە. ڕق و کینە وەلاَبنێن و بەدەربڕینی خۆشەویستی و سۆز هەوڵبدەن دوژمنانی خۆتان دڵنەرم بکەن.

* زۆرینەی کارەکان وەک دەردەکەوێت، ئالۆز و نادریارنین و بەکەمێک هەوڵدان دەتوانن زاڵبن بەسەریاندا.

* ((ڕاستگۆیی باشترین سیاسەتە)) بکەنە سەردێڕی ژیانی خۆتان.

..بەشی سیازدە

ژیاننامە

"وەستان، هەرگیز!"

((جیهان وەک شەوێکی تەنگ و تارە، هەموو کەسێک

ئەبێ خۆی چرای خۆی داگیرسێنێت)).

- مەکسیم گۆرگی-

لەگەڵ ناسینی قووڵتری خۆم، سەرقاڵی کارەکانم بووم، بەدوو سەرکەوتن گەیشتم، ورەم بەهێزبوو و داهاتم زیادیکرد. بەڵام لەڕاستیدا کاری کۆمپانیا بچووکەکان تەنها وەڵام دەری خواستە کورت خایەنەکانم بوون، بەهۆی نەبوونی بەرنامەڕێژی دروست ونارێکی و پێکی ئەم کۆمپانیایانە هێندە هیوام بەئاینده نەبوو. لەگەڵ ئەوەشدا بۆ پۆستی بەڕێوەبەری فرۆشتن بەرزکرابوومەوە. بەڵام بڕیارمدا ئەو کارە بەجێ بهێڵم، و لەکۆمپانیایەکی گەورە کاربکەم. دەبوو ئامۆژگاری ئەو بەڕێوەبەری کارەی پۆست و گەیاندنەم قبووڵبکردایە کە وتبووی: دەبێت بۆ سەرکەوتنی یەکجارەکی کارەکەت بگۆڕیت.

پاش ماوەیەکی دواتر چاوم کەوت بە ئاگادارییەکی دامەزراندن کە لێهاتووی لەزمانی ئینگلیزی و شارەزایی لەدۆزینەوەی کڕیاردا لەمەرجە سەرەکییەکانی بوون. پاش داخوازی بۆ چاوپێکەوتن، منیان ناساند بەلاوێکی قۆز و تازەگەڕاوە لەهەندەران. بۆم ڕوون کردەوە کە بەڕێوەبەری فرۆشتنم لە کۆمپانیایەکی ڕووپۆشی دیواردا، وتی ئێمە پێویستمان بە دۆزەرەوەیەکی کڕیارە. ئامادەیت دەست لەکار بکێشیتەوە لەو شوێنە؟ وتم: بەڵێ، پرسیاری کرد و وتی مەبەستت چییە؟ کاتێک کە زانیم تازە لەهەندەران گەڕاوەتەوە زۆر ئاگای

لەڕەوشی کارەکان نییە، وەڵامم دایەوە: چونکە کۆمپانیاکەتان زیاد لە دووسەد کارمەندی هەیە: وتی: گاڵتە دەکەیت یان چاوپێکەوتن ؟! وتم: بگرە هەموو کارمەندەکان جلی جوان دەپۆشن! بەڕێوەبەری لاو نزیک بوو توڕەبێت ومنیش لە ژوورەکەی بکاتە دەرەوە، بەڵام سەرۆکی بەڕێوەبەران کە لەژوورەکەی تەنیشتمانەوە دانیشتبوو بەڕێکەوت گوێی لە گفتوگۆی نێوان ئێمە بوو. بەدەنگێکی بەرز وتی: پەروێز گیان: دایمەزرێنە!.. من بەشێوەیەکی نیوەکات لە کۆمپانیاکەدا دەستبەکاربووم. ئەوەم دەزانی بۆ دامەزراندن لەکارخانەیەکی گەورەدا دەبێت لەپۆستی خۆم دابەزم، چونکە دۆزینەوەی کڕیار بۆ ئەو کۆمپانیا پڕ بایەخە زۆر زیاتربوو لە بەڕێوەبەری لەو کۆمپانیا بچووکەدا. دواتر ڕووداوەکان ڕاست ودروستی ئەم بۆچوونەیان سەلماند.

کاری تازە

((کەسێک کەخاوەنی ورەیەکی بەهێزبێت، بەگوێرەی

حەزی خۆی ژیان ئاڵوگۆڕ دەکات))

-گوتێ-

سەرەتا، کارەکەم بریتی بوو لە دۆزینەوەی کڕیار بۆ فرۆشتنی بەرهەمەکانی خانووبەرە لەسەرەتای دامەزراندا دە نەفەر بووین بەڵام پاش شەش مانگ بەهۆی سەختی کارەکەوە ژمارەکە کەمی کرد بۆ سێ کەس.

ساڵێک تێنەپەڕی بوو، ڕۆژێک بەڕێوەبەری کۆمپانیاکە بانگی کردم وتی: کەدەیەوێت من بەرز بکاتەوە بۆ پلەی بەڕێوەبەری فرۆشتنی کۆمپانیا. بەسەرسوڕمانێکی زۆرەوە پێشنیارەکەم پەسەندکرد. دەربارەی بڕی مووچە پرسیاری لێکردم. وتم: ڕاستە بەڕێزتان بەڕێوەبەری گشتی ئەو کۆمپانیایەن و منت نرخاندووە، بەڵام ڕێگەم بدەن بۆ سێ مانگ بەشێوەیەکی کاتی تەواو کاربکەم، پاش ئەوە لەبارەی مووچەومافەکانەوە قسەدەکەین. بەم جۆرە سەرقاڵی ئەو کارە نوێیەبووم.

پێش وەرگیران لەپۆستی بەڕێوەبەری فرۆشتندا، کڕیاردۆزێکی نیوەکات بووم بەمووچەیەکی کەم، لەگەڵ ئەوەشدا لەکۆلیژ وانەم دەخوێند و لە کاتژمێر ٦-٥ی پاش

نیوەڕۆش بەکاری مامۆستاییەوە سەرگەرم بووم. بەڵام پاش وەرگرتنی ئەم پۆستە، خوێندنم لەزانکۆ نزیکی تەواوبوون بوو، چی دی پێویستی نەدەکرد بڕۆمە هۆڵەکانی وانە خوێندنەوە. تەواوی کاتەکانم بۆ ئەم کارە نوێیە تەرخان کردبوو و لە کاتژمێر ٦ی پاش نیوەڕۆ بەدواوە لەدواناوەندییەکدا وەک کاتب کارم دەکرد. لەیادمە کارمەندەکان لەکاتی هاتن و ڕۆیشتنەوەدا، کاتی کارکردنی خۆیان لەسەر کارتێک دەنووسی و بەم جۆرە لەلایەن بەرپرسانی کۆمپانیاکەوە کۆنترۆڵدەکران و ئەگەر کارمەندێک لەکاردا نەبووایە، پاش ماوەیەک کارەکەی لەدەستدەدا. بڕیارمدا هەموو ڕۆژێک کاتژمێر ٧ی بەیانی دەستپێبکەم و کاتژمێ ٥و٣ی پاش نیوەڕۆ دەست لەکار هەڵبگرم. هەمیشە چاکترین و جوانترین پۆشاکم لەبەر دەکرد، بەهیچ جۆرێک کاتەکانم بەقسەی بێهودەوە بەهەدەر نەئەدا، هیچ میوانێک یان هاوڕێیەکم لەکاتەکانی کارکردندا وەرنەئەگرت. بۆ فرۆشتنی زیاتر بەرنامەی نوێم ڕێکخست، لە کڕیاردۆزەکان (بازاڕ دۆزەکان) و فرۆشیارەکان کارم دەکێشایەوەو هەندێ جار لەکاروباری فرۆشتندا هاریکاریم دەکردن! هەروەها هەمیشە لەبەردەم تەلەفۆندا بووم، لەگەڵ کڕیاراندا قسەی زۆرم دەکردن، نەخشە تازەکانم باسدەکردن و پاش بینینی لەلایەن بەڕێوەبەری کار پیشانی سەرۆکی دەستەی بەڕێوەبەرانم دەدان، کە پیاوێکی کۆڵنەدەرو خاوەن بڕوانامە بوو. بە کورتی، هەروەک ئەو پشیلەی دارستانەی کە باسکرا، دەنگ و سەدایەکم دەنایەوە کە لە کۆمپانیاکانی دیکەی ناو ئەو باڵەخانەیەدا کە بەڕێوەبەروکارمەندی زۆریشی هەبوون، بێ وێنەبوو.

سێ مانگ لەکارەکەم تێپەڕیبوو، بەڕێوەبەری کار داوای لێکردم کە بڕی مووچەکە ڕابگەیەنم. پاش وتووێژە سەرتاییەکان پێشنیاری چوار هێندەی مووچەی پێشوو هاورێ لەگەڵ لەسەدا دەی دەستکەوتەکانم کرد. بەسەر سوڕمانەوە لەجێگەکەی هەستاو وتی: بۆچی بەیەکجار مووچەکەت چوار هێندە زیادکرد ئەویش لەگەڵ ١٠% دەستکەوت!، وتم: بەکەمتر لەوە ڕازی نابم. کەمێک دڵی ڕەنجا، لەگەڵ ئەوەشدا دەیویست بەهۆی چالاک بوونمەوە من لەدەستنەدات بەڵام دەیزانی کە سەرۆکی دەستەی بهڕێوەبەران بەم مووچە و تایبەتمەندیانە قایل نابێ. پاش کەمێک بێدەنگی گوتی: بەڕێوەبەری فرۆشتنی پێشوو لەگەڵ ئەوەشدا کە ئەندازیاربووە و زاڵبووە بەسەر زمانی ئینگلیزیدا مووچەیەکی کەمتری

وەردەگرت، وەڵامم دایەوە: ئەی بۆچی جێگەی ئەوت بەمن سپارد!. بێدەنگ بوو، بیریکردەوە. پاشان وتم: تۆ خۆت لەمە بەدوور بگرە، بڕۆ بۆ چاو پێکەوتن لەگەڵ سەرۆکی دەستەی بەڕێوەبەران و ئەم بابەتەی بۆ باس بکە، لەوانەیە ڕێگە چارەیەک بدۆزێتەوە. بەنارەحەتی ئەوەی وەرگرت و لەگەڵ سەرۆکی دەستەی بەڕێوەبەران کە لە هەمان کاتدا خاوەنی کۆمپانیاکە بوو. سەروکاری لەگەڵ زۆرێک لەخەڵکی جیاوازدا هەبوو، و کاتی چاوپێکەوتنی دانا.

پاش نیوەڕۆ کە ئەوم دی، باوەشی پێداکردم و بەخۆشحالییەوە وتی: تۆ بردتەوە، نەک تەنها ڕازی بوو موچەوتایبەتمەندییەکان، بەڵکو فەرمانیدا کە تەلەفۆنێکی ڕاستەوخۆش لەبەردەستتدا دابنرێت و هەموو ڕۆژێک گوڵ لەسەر مێزەکەت دابنرێت. نازانم چۆن ڕازی بوو بەم زیادکردنە لە بڕی مووچەکەت، چونکە پیاوێکی سەختگیرە! وەڵامم دایەوە: هۆکارەکەی ئاشکرایە، یەکێک لەکۆمپانیایەکی بچووکەوە دەستپێبکات و بگاتە یەکێک لە گەورەترین و جوانترین کۆمپانیاکان، هەروەها چەندین کارخانەی هەبێت، بێگومان خاوەنی هۆش و زیرەکییەکی زۆرە و بۆ ئەم کارەش بەڵگەیەکی هەیە.

ئایا هەموو ڕۆژێک کارتەکانی ڕۆیشتن و هاتنی کارمەندەکان کۆنترۆڵ ناکات؟ ئایا بەفەرمانی ئەو تەواوی ئەو میوانانەی کە لە کارەکانیدا جیدی نین و تەنها بۆ کات بەسەر بردن بۆ ئێرە دێن، لەبەردەم دەرگا ڕاناگیرێن؟ ئایا تەواوی پرۆژە و بەرنامە پێشنیار کراوەکان بەوردی ناخوێنێتەوە؟ ئایا من بەیانیان کاتژمێر ٧ لە شوێنی کارەکەم ئامادە نابم و پاش نیوەڕویان تا کاتێکی درەنگ نامێنمەوە؟ ئایا هێڵ گۆڕکێ کەری تەلەفۆنەکان، هەمان ئەو کەسەی بۆ سیخوڕی و هەواڵگری گوێ لە وتوێژەی کارمەندەکان و بەڕێوەبەران ناگرێت؟ ئایا بەهۆی پەیوەندی تەلەفۆنی زۆری من لەگەڵ کڕیاراندا و مەشغوڵ کردنی تەلەفۆنەکانی کۆمپانیا شکاتی لێکردووم؟ مەگەر پسووڵەکانی من دوور نەبوون لەهەر فێڵ و تەڵەکە بازییەک؟. ......، کاک پەروێز کە ئارامی لێبڕابوو، وتی: ئیتر بەسە هێندە باسی خۆتت کرد، خنکام!! ئێستا خۆشحاڵم کە بە ئەنجامێکی باش گەیشتین ومنیش مرۆڤێکی چالاکی وەک تۆم لەدەستنەدا. هیوادارم بەجۆرێک ڕەفتار بکەیت کە سەرۆکی دەستەی بەڕێوەبەران لەو نیەتباشییەی پەشیمان نەبێتەوە. دەمویست ڕوونی بکەمەوە کە ئامانج

لەخستنە رووی ئەم بابەتە خۆهەڵکێشان نییە بەڵکو بەتەنها ڕاڤەی کارەکانم بوو کە پاشان پاشگەزبوومەوە و باسەکەم گۆڕی و وتم: ئایندە هەموو شتێک ڕۆشن دەکاتەوە.

خزمەتکاری بۆینباخ لەمل*

((تەمەنی ئێوە کاتێک دەستپێدەکات کە چارەنووسی خۆتان لەدەست خۆتاندا بێت))

__ ڤیکتۆر هۆگۆ __

هەروەک باسکرا، لە پیشەیەکی نیوەکاتی کرپار دۆزییەوە، بەرزکرامەوە بۆ پلەی بەڕێوەبەر، لەبەر ئەوە ژوورێکیان پێشکەش کردم و خەڵکانێکی زۆر سەردانیان دەکردم کە دەبوو پێشوازیان لێبکرێت. لەلایەکەوە، خزمەتکارانێک هەبوون لەنێو کۆمپانیادا کە نامە و پێشنیارەکانیان لەژوورێکەوە بۆ ژوورێکی تر دەگواستەوە. خزمەتکاری جوان پۆشی بەشی ئێمەش کە زۆرجار بۆینباخی زەق وبریقەداری ئاوریشمی لەمل دەکرد، زۆر ڕێزی لێ نەدەگرتم و زۆرکات فرمانەکانی جێبەجێ نەدەکردم، هەرگیز بایەخم بەو بێ ڕێزیانە نەدەدا و تەنها فرمانەکانم بۆ دووبارە دەکردەوە و لەم کارەدا هێندە ئارامگری و لەخۆ بردوویم بەکارهێنا کە سەرئەنجام خزمەتکارەکە هاتەوە سەرهۆش و بەئەرکەکانی خۆی ئاشنابوو. بەڕێوەبەرانی بەشەکانی دیش لەگەڵمدا بەجوانی مامەڵەیان نەدەکرد. گەرچی ئەو ڕەفتارانە هەندێ لەکارەکانیان دوادەخست بەڵام هیچ کەم و کورتییەکیان دروستنەدەکرد، چونکە وەک بەڕێوەبەرانی وڵاتە بێگانەکان دەڕۆیشتمە لایان و دەربارەی کێشەکانی نێوانمان گفتوگۆم لەگەڵ دەکردن، هەرگیز لەبەر خاتری ئەوان **کارەکانم دوا نەدەخستن و لەنامە فرێدان و نووسینی زیادە، دوورە پەرێزیم دەکرد.** لێرەدا دەبێت ئاماژە بەخاڵێک بکەم کە لەوانەیە ئێوەش دەرکتان پێ کردبێ. من لەو ڕووەوە باسی وردەکارییەکان و ڕاڤەی ڕاستییەکانی ژیانم دەکەم کە لەو باوەڕەدام سەرمەشق وەرگرتن لەشێوازی کاری کەسانی دی، بەبێ ئاگابوون لە خۆمان بابەتێکی نەگونجاوە. ڕەنگە ئێوەش لەم جۆرە ڕوداوانەتان بۆ

* لەدوای بەرپابوونی کۆماری ئیسلامی ئێران بۆینباخ قەدەغەکرا نووسەر وەك شتێکی شاز باسیدەکات.

پێش هاتبێت، باشتر وایە بیر لەم ئەزموونانە بکەنەوە و بەوردی لەهەلی گونجاودا بۆ زیاتر بەهرەمەندکردنی کارەکان سوودیان لێوەربگرن.

سەرکەوتن لەدوای سەرکەوتن

((پیاوی کار لەوانەیە مرۆڤێکی پارەدار نەبێت، بەڵام کەسێکی بڕیاردەرە و دەزانێت بەدوای چی دەکەوێت و بۆ کوێ دەبێت بڕوات))

-پەندێکی ئینگلیزی-

ساڵێک بەسەر ئەم ڕووداوەدا تێپەڕی کرد و منیش ناوبانگ و پلەیەکم پەیداکردبوو. ڕۆژێکیان بەڕێوەبەری کاری کۆمپانیا – هەمان کاک پەروێز– کەپاش چەندین ساڵە باشترین هاوڕێمە، بانگی کردم و وتی: کە لەکاتەکانی بێکاریدا توێژینەوە لەسەر بەرهەمێکی نوێ بکەم و ئەنجامەکەی پێ ڕابگەیەنم: کارەکەم بەجۆرێک ڕێکخست کە بتوانم بەهەموو بابەتەکان بگەم. پاش تێپەڕبوونی هەفتەیەک ڕاپۆرتێکم ئامادەکرد کە بەشێکی بریتی بوو لەزانیاری دەربارەی پێشینە و چۆنیەتی بەرهەمەکان وبەشێکی دیکەش تەرخان کرابوو بۆ وتووێژ لەگەڵ خەڵکانی ئاساییدا دەربارەی ناسینی کاڵاکانی تایبەت بەکۆمپانیا. لەهەمان کاتدا، هەندێک لەبەرزونزمییەکانی بازاڕم خستنە ناو ڕاپۆرتەکەوە و پێم ڕاگەیاند.

بەڕێوەبەرە چاکەکەی ئێمەش ئەم ئەرکەی بەدوو کەسی تر سپاردبوو. یەکەمیان پاش ڕۆژێک ڕاپۆرتێکی زارەکی کەم وکوڕی پێ ڕاگەیاند و دووەمیان لەسەر پارچە کاغەزێک بابەتەکانی بەشێوەی دەستنووس ئامادەکردبوو. باشە، بەم وەسفانە کام یەکێک لەم سێ ڕاپۆرتە گشتگیرتر و سەرنج ڕاکێشتربوون و کامیان دەتوانن بەڕێوەبەران و خاوەندارانی کۆمپانیا لە بەرهەمەکان زیاتر ئاگاداربکەنەوە؟ پێش ئەوەی وەڵامی ئەم پرسیارە بدەمەوە تێبینی ئەم داستانەی خوارەوە بکەن :



داستانی جابر:

((پیاوەئازاکان هەلەکان دروستدەکەن وترسنۆک و لاوازەکانیش چاوەڕێی هەل دەکەن))

ـ ولیام جێمس ـ

دەگێڕنەوە فەرمانڕەوایەک هاوڕێیەکی هەبوو بەناوی (جابر) کە زۆر ڕێزداربوو لای و لەکەسەکانی تر بەباشتری دادەنا. ڕۆژێک دوو لە هاوڕێیانی فەرمانڕەوا کە تووشی حەسوودی بووبوون، گلەیی خۆیان بردە لای فەرمانڕەوا و هۆکاری خۆشەویستی جابریان پرسی. فەرمان ڕەوا لەجێی هەر ڕوون کردنەوەیەک فەرمانیدا کە جابر ئامادەکەن. کاتێک جابر گەیشت، فەرمانڕەوا ڕووی کردە دووکەسەکە و وتی: ئێوە هاوڕێ لەگەڵ جابردا بەرپرسیارن بەجیاجیا بکۆڵنەوە لە بارەی کاروانێک کە لەدەرەوەی شار ماونەتەوە و لەکاروکاسبی و هۆکاری هاتنیان بۆ ئێرە هەواڵ ڕابگەیەنن.

دوای یەک دووڕۆژ هەرسێکەیان ئامادەبوون، یەکەمیان وتی: کاروانێک لە حەلەبەوە هاتووە بەرەو شام دەڕوات، فەرمانڕەوا پرسیاری کرد چەند ڕۆژ لێرە دەمێنێتەوە؟ وتی: نازانم، پرسیاری کرد چەند کەس بوون؟ وەڵامی دایەوە وابزانم سەدکەس. فەرمانڕەوا پرسیاری لەپیاوی دووەم کرد، چ جۆرەبەروبومێکیان لەگەڵ خۆ هەڵگرتبوو؟ لەوانەیە گەنم ودانەوێڵە. پرسیاری کرد ئایا پێشتر ئەو کاروانە بێرەدا گوزەری کردووە؟ وەڵامی دایەوە: نازانم، ڕەنگە پێشتر هاتبن. لەو کاتەدا حاکم ڕووی لەجابر کرد و گوتی: جابر تۆ بڵێ، جابر وەڵامی دایەوە: کاروانەکە لە حەلەبەوە هاتووە و بەرەو شام دەڕوات. پێنج ڕۆژە لێرەدان (٣) ڕۆژی تر بەڕێ دەکەون. ژمارەیان بەتەواوی ١٣٢ کەسە لەنێوانیاندا ١٠یان شمشێر وەشێنن. سەرۆکی خێڵەکە ناوی (مصطفی) یە کە پیاوێکی بازرگانە. ساڵێ دووجار بەم ڕێڕەوەدا گوزەر دەکەن و جگە لەمانەش بەکاری بازرگانییەوە خەریک دەبن.

بەروبومەکانیان بریتین لە پەنیر، کەشک، ماست، کەرە، خوری، لە بەرامبەردا گەنم وجۆودانەوێڵە وەردەگرن. پێشینەی شەڕخوازیان نییە، تەنها بەبازرگانیەوە خەریک دەبن و شمشێر وەشێنەکانیش تەنها پارێزگاری لەکاروانەکە دەکەن. هەموویان خزمەتکاری جەنابتن و

سەلامەتی بەڕێزتان ئارەزوو دەکەن. لێرەدا فەرمان ڕەوا وتەکانی جابری بڕی و بێ ئەوەی هیچ بڵێت، بە نیگایەکی پڕ واتا هەرسێکیانی بەڕێ کرد.

من خۆمم لەجێگای (جابر) دانا

((ئەی مرۆڤ، خۆت بۆ یارمەتیدانی خۆت هەستە))

ـ بت هۆڤن ـ

من لەڕاستیدا کارێکی گرنگم نەکردبوو، تەنها هەوڵمدا لەزانیارییەکانم سوودێکی کرداری وەربگرم و ئەگەر بەسەرهاتی جابرم بەسەر مەشقی خۆم دانەدەنا، لەم کۆمپانیایەدا بە بەڕێوەبەر دانەئەمەزرام. ئەو ڕاپۆرتەی کە ئامادەم کردبوو بەجۆرێک فراوان و گشتگیرە کە خۆنەویستانە بە هەڵبژاردنی من کۆتایی پێهات. لەبەشەکانی پێشوودا باسمانکرد کە ئەگەر فراوان و تەنها و سەخت بین بە ئامانج و ئارەزووەکانمان دەگەین و بەم شێوەیە چی دی نیازمان بەپشتیوانی کەسانی دیکە نییە.

بەسەرمەشق دانانی وتە و ئامۆژگاری گەورەکانمان هێزێکمان پێ دەبەخشن کە بێ نیازمان دەکەن لە پشتگیری لەلایەن کەسانی دیکەوە.

لەشوێنی کاردا ئەگەر ڕەفتاری دروست و هەڵسەنگێنراو نیشانبدەین سەرنجی بەڕێوەبەران بۆ خۆمان ڕادەکێشین، بەجۆرێک هەموو تواناو ئیمکاناتی خۆیان بۆ ئێمە بەکار دەهێنن. ڕاڤەی داستانی جابر و ئەنجامەکانی لەو خاڵە گرنگە دڵنیامان دەکاتەوە کە **هەرکاتێک لەهەر پلەیەکدا بێت پێویستە بۆ وەرگرتنی بەرپرسیارییە نوێیەکان ئامادە بین.**

کورتەی بەشی سیانزە

* هەرگیز مەوەستن، ئەگەر لە پیشەکەتان ڕازی نین و هەستدەکەن شوێنکارەکەتان جێ یەکی گونجاونییە بۆ گەشە و پێشکەوتنتان، کارەکەتان بگۆرن.

* هاوکاری نەکردنی دەوروبەرت نابێت ببێتە هۆی دواکەوتنی کارەکانت، بۆ کۆتایی هێنانی کارەکانت بەتەنها دەستبەکاربە.

* بەسەر مەشق دانی وتە و ئامۆژگارییەکانی کەسانی دی جۆرە تواناییەکتان بۆ دروستدەکات کە پاراستن لەلایەن کەسانی ترەوە بێ نیازتان دەکەن.

* ئەگەر کارەکانمان بەدروستی ئەنجامبدەین، سوودەکانیان بۆ ئێمە دەبن.

* ئەگەر ئەرکێکت پێ ڕاسپێردرا، بەجۆرێک دەستبەکاربە کە پێویستی بە لێکۆڵینەوە و توێژینەوەی دووبارە نەبێت.

..بەشی چواردەیەم

نهێنی و نیشانەکانی سەرکەوتن لەبازاڕی کاردا:

"سەرکەوتن لە مەیدانی کردەوەدا:!"

((هەوڵدان وگەڕان ودۆزینەوە و خۆبەدەستەوەنەدان ڕازی سەرکەوتنن))

سیستەمی ئابووری جیهان لەسەدەی بیستەمدا و ژیان لەسەردەمی خێرایی و ئۆتۆمبیلدا گۆرانکاری کەسێکیان بەدیهێناون کە بەراورد ناکرێن لەگەڵ رابردوودا "بازاڕ" وەک فاکتەری رێکخەری ئابووری ڕۆڵی کلاسیکی خۆی لەدەست داوە و چەندەها یاسا و سیستەمی ئابووری پێشکەوتوو فەرمانڕەوایی بەسەر چارەنووسی ماددی مرۆڤەوە دەکەن و هیچ ڕێگە چارەیەکمان نییە جگە لەخۆبەدەستەوەدان بەو سیستەمە نوێیە. لەم چاخەدا مادیات و خۆش گوزەرانی سەردێڕی ئامانجەکانی مرۆڤن و هزروبیریان سەرقاڵ کردووە، بەجۆرێک بۆ بەر فراوان کردنی چالاکی و دەستخستنی رێ و شوێنێکی چاکتر ناچارن کێ برکێ بکەن، لەسەردەمێکدا کە هەر پیشەیەک چەندەها داواکاری هەیە، مرۆڤ هەمیشە هەوڵدەدات پێش لەکەسانی تر بگرێت و ئەگەر وەها کارێک نەکات، ناتوانێت دڵنیابێت لەمانەوەی لە بازاڕی کاردا.

گەرچی ئابووریانە بیرکردنەوە و گرنگیدان بەدارایی گرنگترین لایەنی ژیانی تاک نییە. بەڵام دابینکردنی کەمترین پێداویستییەکان کارێکی گرنگەو ئەرکێکە لەسەرمان و دەبێ بایەخی پێبدرێت. کاتێک پێداویستەکان دابینکران مرۆڤ بە هێمنییەکی رێژەیی دەگات و پاشان بۆ بەراوردکردنی نیازەکانی دی خۆی کۆ دەکاتەوە.

لەگەڵ هەموو ئەمانەدا، کاتێک دەتوانیت لەم کێبڕکێیەدا سەر بڵند و سەرکەتووبێت کە بە نهێنی و نیشانەکانی سەرکەوتن لەبازاڕی کاردا ئاشنابیت. تێبینی کردنی هەندێ لەبنەماکان کەلەبەشەکانی داهاتوودا بەرچاو دەکەون و بەکارهێنانیان، ڕێڕەوی گەیشتن بە ئامانجەکانمان بۆ هەمواردەکەن .

چۆن گوێ لەوتەکانی بەڕێوەبەر بگرین

((ئەوەی بەخراپی لێی تێدەگەین، ناتوانین بەجوانی دەری ببڕین))

_ بوالوا _

پەندێکی فارسی دەڵێت: ((پیاوی ژێر گوێی بیسەرو زمانی کورتی هەیە)).

گوێ گرتن هونەرێکە هاورێی قسەکردنە. هەرکەسێک بەجوانی گوێی راگرێ بۆ وتەکانی بەرامبەر، پەیوەندییەکی باش لەگەڵیدا دروستدەکات.

پێش ئەوەی برۆنە بەردەم بەڕێوەبەرەکەتان، هێمنی خۆتان ڕابگرن، واتە بۆ چەند ساتێک لەشوێنێکی بێدەنگ دابنیشن و ئارامی ببەخشن بە مێشکتان. هیچ کات بەشپرزەیی و پەشۆکاویەوە مەڕۆنە لای بەڕێوەبەر. سەرەتا چەند هەناسەیەکی قووڵ هەڵمژن، پەنجەرەکان بکەنەوە و هەوای تازە هەڵمژن و پاش کەمێک تەرکیزکردن بە هەنگاوی بەتین و چەسپاو بەڕێکەون بەرەو لای بەڕێوەبەر. هەوڵبدەن هەمیشە دەفتەرۆکەی یاداشت و پێنوستان پێبێت. لەلاپەڕەکانی دواییدا سوود و جیاکەرەوەکانی ئەم کارەتان بۆ شیدەکەمەوە.

لەکاتی وتووێژ لەگەڵ بەڕێوەبەرەکەتاندا ئەم کارانەی خوارەوە ئەنجامبدەن:

ا- به هێمنی ودڵنیاییەوە دابنیشن و نیگاتان راستەوخۆ رووەو چاوانی ئەو بێت.

ب- بەوردی و هەستیارییەوە گوێ لەوتەکانی بگرن.

ج- لەگەڵ گوێ گرتندا. بەو نیوە نیگایانەی کە لەسەری لادەبەن، وتەکانی یاداشت بکەن.

د – لە کاتی پێویستدا داوای ڕوونکردنەوەی لێبکە، ئەگەر پێویستی بە ئاماژە پێدان هەبوو خێرا پرسیارەکانی ئاراستە بکە و بێ پەردە بیروبۆچوونەکانتان بخەنەڕوو.

سوود و تایبەتمەندییەکانی ئەم شێوازە چیین؟

١ – یاداشت کردن لەکاتی قسەکردن لەگەڵ بەڕێوەبەردا. ئێوە بەکەسێکی وشیار دەناسێت.

ب– بەیاداشت کردنی وتەکانی ناراستەوخۆ پێی دەڵێیت کە وتەکانی زۆر لەوە بەبایەخترن کە تەنها لەبیرماندا هەڵیانبگرین و ئەوە بزانن کە فەرامۆشکردنی هەندێ خاڵی گرنگ لەمتمانە و پلەی ئێوە لەلای بەڕێوەبەر کەم دەکاتەوە.

ج– یاداشتی هەندێ لەخاڵەکان هانی بەڕێوەبەر دەدات کە بە وردی قسە بکات ولە فرمانە نەگونجاوەکان دووره پەرێز بکات.

د– کاتێک کە ئاکامی کارەکان وەک پێشنیارێکی گشتگیر بە بەڕێوەبەر دەگەیەنن، بەهەبوونی کارمەندێکی بەو جۆرە ورد و هۆشیار و بەئاگایە خۆشحاڵ دەبێت. بەو ئەنجامە دەگات کە ڕێز لەفەرمانەکانی دەگیردرێت. لەبەر ئەوە پەی دەبات بەجیاوازی گوفتارو ڕەفتاری ئێوە لەگەڵ کەسانی تردا و ڕۆژ بە ڕۆژ هەل ومەرجی گونجاوت بۆ زیاد دەکات.

چۆن چاوپێکەوتن لەلەگەڵ بەڕێوەبەرەکەماندا بکەین

((دەبێت بمانەوێت، تاوەکو بتوانین))

__ دیکارت __

ئەگەر دەتەوێت لە وتووێژ لەگەڵ بەڕێوەبەردا بەئەنجامێکی پەسەند بگەیت و لەو کاتی چاوپێکەوتنەی کە وەرت گرتووە زۆرترین سوود وەربگریت، پێشتر خاڵێک دیاری بکەو لەهەموو لایەنێکەوە مێشکی خۆتی بۆ ئامادەبکە.

١– هەوڵبدە ماندوو نەبیت و پێش وتووێژ لەهەر جۆرە دەمەقاڵێ و جەنجاڵی و زیادەڕۆییەک لەقسەدا دووره پەرێزی بکەن.

ب– بەسکی برسی تەنانەت لەگەڵ هاوسەرەکەشتاندا وتووێژ مەکەن.

ج– شەوی پێش چاوپێکەوتن بەچاکی بخەون و ئەگەر دیدارێکی چاوەڕوانکراو پێشهات، دوای کەمێک لە هێمنی* ڕووەو چاوپێکەوتنی بەرامبەرەکەتان بڕۆن .

د– لەکاتی پێویستدا پێش چاوپێکەوتن، پێشنیارەکان لەسەر پارچە کاغەزێک بنووسنەوە.

ه– سەردێڕی بابەتە باس لێکراوەکان یاداشت بکەن.

و– وەڵامی هەموو پرسیارێکی چاوەڕوانکراو ئامادەبکە و پێشبینی هەرجۆرە ڕەفتارو هەڵسوکەوت وهەڵچوونێکی بەڕێوەبەر بکە .

ز– پێش چوونە ناو ژووری وتووێژەوە چەند جارێک لەگەڵ خۆتان بیڵێنەوە کە سەرکەوتن بۆ ئێمە دەبێت (تەلقین کردن).

دواجار پێش کردنەوەی دەرگای ژووری بەڕێوەبەر وەبیری خۆتان بخەنەوە کە **ئەویش مرۆڤێکە هۆش ولێهاتووی ئاسایی هەیە، دەگونجێت شتەکان لەتۆباشتر نەزانێت.**

* ڕاهێنانی هێمن بوونەوە (ریلاکس) Ralaxation:

١- ژوورێك دەستنیشان بکە کە دووربێت لەژاوەژاو .

٢- بەشێوەیەکی ئارام لەسەر کورسی یان قەنەفەیەك دابنیشەو ئەگەر شوێنی گونجاو هەبوو پاڵبکەوە.

٣- چاوان دابخەو دەست لەسەر ئەژنۆ دابنێ .

٤- ماسولکەکانی شان وملی وسك ڕەها بکەو بهێڵنە بۆ چەند خولەکێك خاو ببنەوە .

٥- هەناسەیەکی کورت هەڵمژن و بۆ ماوەیەکی کورت لەنێو سییەکان بهێڵنەوە پاشان بەلووت بەهێمنی هەناسەکە بدەنەوەو دواجار بۆ چەند ساتێك هەناسە مەدەن و دووبارە ئەم ڕاهێنانە تا پێنج جار بەلەسەر خۆی دووبارە بکەنەوە .

٦- بەهیواشی سێ جار دووبارەی بکەوە کە **من لەهەر وتووێژێکدا سەرکەوتوو دەبم** . یان دەتوانم ئەوکارەی کە دەخوازم ئەنجامیبدەم بەچاکی ڕاییپەڕێنم .

لەحاڵەتی ریلاکسی وەرنە دەرەوە و کارەکانتان دەست پێبکەنەوە ئەگەر کاتی تەواوت نەبوو , تەنها بەکەمێك پیاسەکردن وتەرکیزکردن وهەناسەی قووڵ هەڵمژین ئیکتفا بکەن . دەتوانن ئەم ڕاهێنانە لەماڵەوە بەخەیاڵێکی ئاسوودەوە ئەنجامبدەن و هەر پەیامێکتان پێویست بوو بە مێشکتانی بسپێرن .

چۆن قسەلەگەڵ بەڕێوەبەڕدا دەکەن

((لە بەرهەڵستی مەترسن، کۆللارە کاتێک بەرزدەبێتەوە
کە رووبەرووی هەوایەکی پێچەوانە دەبێتەوە))

_ وینستۆن چەرچل _

ئەو بابەتەی کە کەسی قسە لەگەڵ کراو بەڕێوەبەرە، یاخود کەسێکی دی، گرنگی نییە. گرنگ ئەوەیە لەکاتی گفتوگۆکردندا رەفتار و گوفتارێکی پەسەندمان هەبێت هەتا بگەینە ئەنجامێکی دڵخواز.

رەچاوکردنی ئەم خاڵانەی خوارەوە یارمەتیمان دەدەن کە وتووێژێکی سوودمەندمان هەبێت.

ا- لەقسەکردندا پەلەپەل مەکەن.

ب- پێشتر بابەتەکە لەگەڵ خۆتاندا بەدەنگی بەرز دووبارە بکەنەوە هەتاوەکو لەکاتی دەربڕینێدا تووشی فەرامۆشی یان زمان گرتن نەبن.

ج- رستەی سادە و کورت وئاسان بەکاربهێنە و بەشێوازی کورت و پوخت وتەکان دەربڕە.

د- وتەکان بەدڵنیایی و متمانە بەخۆبوونەوە دەرببڕە. هەرگیز چاوەڕوان مەکە ئەوەی کەبەگومان و دڵەراوکێوە باسی لێدەکەیت، کەسانی دی باوەڕی پێبکەن .

ە- ئەگەر سەرنجتدا لەکاتی وتووێژدا قسە لەگەڵ کراو حەزدەکات وتەیەک بڵێت، بهێڵە بیروبۆچوونەکانی ئاوەڵا بکات و برِی ئاگایی وزانیارییەکان دەربخات.

و- لەبەرامبەر مۆنترین و تورەترین کەسەکاندا هەرگیز زەردەخەنەی خۆتان لەدەست مەدەن لەکاتی گفتوگۆدا هەموو تواناتان بۆ دروستکردنی کامەرانی چڕبکەنەوە.

ئەوداستانەی خوارەوە ئاماژەیەکی کورتە بۆ وتووێژێک کە بە ئەنجامێکی دڵخواز کۆتایی هات. لە بەشەکانی داهاتوودا ((**بنەمای گفتوگۆکردن**)) شیدەکەمەوە.

بەڕێوەبەری سینەما پاسیفیک*

ئەو کاتەی لەکارخانەی رووپۆشی دیواردا کارمدەکرد. سینەما پاسیفیک ئاگری گرتبوو، دووبارە نۆژەنیان دەکردەوە. بۆ بینینی کاک سادقی بەڕێوەبەری سینەما، کە مرۆڤێکی چالاک و ماندوونەناس بوو. چەند جارێک سەردانمکرد بەڵام نەمتوانی بیدۆزمەوە. بەوپێیەی کە ئەو بەکرپیاردۆزو فرۆشیارو سەردانکەرەکان خۆشحاڵ نەبوو، بەهیچ کەس کاتی چاوپێکەوتنی نەدەدا. بیستبووم کە پاش نیوەڕوان دەڕوات بۆ سەرپەرشتیکردنی کارەکانی سینەما ئونیورسال**. چونکە بۆ بینینی ئەو زۆر هەوڵمدا بوو بەڵام سەرکەوتوو نەدەبووم دەستمکرد بەداهێنانێک، بەو شێوەیەی کە بلیتێکم کڕی وچوومە ژوورەوە و هەواڵی بەڕێوەبەرم لەکارکەرەکان پرسی. راستەوخۆ رووەو ژوورەکەی رۆیشتم، دەرگام کردەوە و رۆیشتمە ژووری. جەنابی بەڕێوەبەر کە ژوورێکی قەرەباڵغی هەبوو، سەری بەرزکردەوە و وتی: چیت دەوێ؟ هەرکەزانی کارم فرۆشیارییە، فرمانیدا کە برۆمە دەرەوە. بەبێ ئەوەی گوێ بۆ فرمانەکەی ڕادێرم، وتم: یەک خولەک کاتم دەوێت. بەتوندی وەڵامی دایەوە کە کاتم نییە و دووبارە داوای لێکردم کە ژوورەکە بەجێ بهێڵم. هەنگاوێک رۆیشتمە پێشەوە و بەئارامی و چەسپاوی لەهەمان کاتدا کەمێک بەبەرزی وتم: یەک خولەک کاتم دەوێت. بەبێ مەیل وناچاری رازی بوو کە قسە بکەم. دوای تەواوبوونی قسەکان وتم: **٥٦ چرکە.** لەوەڵامدا وتی سبەینێ وەرە بۆ سینەما پاسیفیک. بە بیستنی ئەم وتەیە خواحافیزییەکی خێرام کرد و رۆیشتمە دەرەوە.

لە شێوازێکی دروست سوود وەرگیرابوو

((گەورەترین هونەری ژیان سوود وەرگرتنە لە هەڵە
نایابەکان کەبەسەرماندا تێدەپەڕن))

_ سالوئێل _

* سینەما ئارامی ئێستا (لە تاران) .

** سینەما پارسی ئێستا (لە تاران) .



هەروەک دەزانن، زۆرینەی وتووێژەکان لەنێوان دوولایەندان کە ئارەزووی قسە کردنیان هەیە، بەجۆرێک کە مەیدان بۆ دەرکەوتنی ئەندامەکان فراوانترە و لەئاکامدا ئەگەری سەرکەوتن زۆرتر دەبێت، بەڵام لە وتووێژەیەکی لایەنەکاندا رووبەرووی بارودۆخێکی جیاوازتر دەبینەوە. نموونە باسکراوەکەی سەرەوە رێزپەڕە، سەرەڕای ئارەزووی تەنها لایەنێک، بە ئاقارێکی پەسەندکراو کۆتاییهات.

لێکۆلینەوەی کورتی ئەم شێوازە، خاڵە ئەرێنییەکانی رۆشنتر دەکاتەوە. بۆ بەدەستهێنانی ئەنجامێکی دروست، دووکارم لەیەک کاتدا بەئەنجامگەیاند. یەکەم: دەربارەی ناساندنی کاڵاو ناوبانگی و نرخ و کاتی ئەنجامدانی ئەم کارەم هێندە پوختکردەوە وتەکان زیاتر لە ٥٦ چرکەیان نەخایاند و ئەم سەرکەوتنەم بەتەواوی قەرزاری راهێنەکانی پێشووم بوو. دووەم: هەروەک ئەو منداڵە رەش پێستە بوێرە لەبەردەم ئاغادا راوەستام، بەو جیاوازییەی کە ئەو نەک تەنها ئاغایەکی نامەرد نەبوو، بەڵکو مرۆڤێکی ماندوونەناس وگرفتاربوو کە تاقەتی دەمە قاڵێی هەر سەردانکەرێکی نەبوو. ئەگەر بەنەشیاوی رەفتارم بکردایە و کاتی چاوپێکەوتنم بپرسیایە، لەوانە بوو توورە ببێت و لەپێشنیارەکەی پاشگەز ببێتەوە، ئەوە ئەرکی من بوو کە ناراستەوخۆ بەهۆی کارمەندەکانیەوە لەکاتی رۆیشتنی جەنابی بەرێوەبەر بۆ سینەما پاسیفیک، ئاگاداربم .

سەرئەنجام توانیم بەرهەمەکانی خۆم هاورێ لەگەڵ چەند کەل و پەلێکی تردا بەسینەما بفرۆشم. دوای بەستنی بەڵێننامە، لەحاڵێکدا کە لە قادرمەکانی سینەما دەهاتمە خوارەوە، تا بەکرینی پاکەتێک شیرینی ئەم سەرکەوتنە لەنێوان هاوکارەکانمدا بکەین بەجەژن، بیرم لەوە کردەوە کە هەموو کارێک شێوازی تایبەتی خۆی هەیە. **بەزۆر ناتوانین هیچ شتێک بە هیچ کەسێک بفرۆشین وەیان بیروباوەرێک بسەپێنین.**

دەبێت شێوازێکی دروست و پشتبەستوو بە **ئەندێشە و ئارامگری و بەدواداچونێکی بنەچەیی** لەبەربگرین. ئەگینا لەم جەنگەدا سەرکەوتن بۆ ئێمە نابێت. شایەد خۆت باشتر بزانیت کە مەبەست لەجەنگ، نەبەردێکی نهێنییە لەنێوان کڕیاروفرۆشیاردا کە لەسەر بنەمای کڕین وفرۆشتن بەردەوام دەبێت و سەرئەنجام بەسەرکەوتنی لایەک کۆتایی پێدێت.

چۆن پێشنیارەکانمان بخەینەڕوو

((هەر دەست بەکاربونێک ئەگەر گەورەبێت، سەرەتا بەمەحاڵ دێتە بەرچاو))

ـــ تۆماس کارلایل ـــ

هەرکە بابەتی گفتوگۆ لەبواری زارەکی هاتە دەرەوە و بڕیارتاندا بەشێوەی پرۆژەیەکی رێک وپێک و هەژمارکراو پێشنیازی بکەن. ئەم بنەماو یاسایانەی خوارەوە رەچاو بکەن هەتاوەکو سەرئەنجام بەئەنجامی کۆتایی بگەن:

١- مەبەست لەپێشنیارەکە چییە؟
٢- چ سوود و تایبەتمەندییەکی هەیە؟
٣- چۆن بیخەینە بواری پراکتیکی؟
٤- بودجە و دارایی کارەکە چۆن دابین دەکەیت؟
٥- هێز و توانای پێویست لەچ رێگەیەکەوە فەراهەم دەکرێت؟
٦- کێشە ئەگەرییەکانی پێشنیارەکە چین؟

دواجار کورتە نوسین و رەچاوکردنی پوختەیی مەرجی سەرەکی سەرکەوتنی پرۆژەیەکی سوودمەند و کردارییە. بەڵگە نەویستەکە هەموو پرۆژە و پێشنیارەکان یەکسان نین و بەگوێرەی بابەتەکە هەندێک خاڵی بۆ دادەترێن یان وەلادەخرێن، بەڵام خاڵەکانی سەرەوە وەک چوارچێوەیەکی بنەڕەتی دەبێت هەمیشە رەچاوبکرێن.

یەکێک لەگەورەترین تایبەتمەندی پێشنیارێکی باش ئەوەیە کە کەس نەتوانێت رەخنەی بنچینەیی لێبگرێت و ئەم ئەرکەش دەستناکەوێت مەگەر بەو پێشەکیانەی کەلەپێشدا فەراهەمکران، ئەم خاڵە گرنگ و بەنرخە لە یەکێک لە مامۆستاکانی کۆلێجی یاسا بەناوی دکتۆر کازرونی فێربووم و بە بەکارهێنانی لەیەکێک لەپرۆژە پێشنیارکراوەکاندا بە ئاکامێکی دڵخواز گەیشتم، ئەم مامۆستا بەرێزە لەگەڵ ئەوەیدا لەو باوەڕەدابوو کە پێشنیاری چاک دەبێت هەتاوەکو دەگونجێت لەهەر جۆرە خاڵێکی لاواز بەدووربێت لەهەمان کاتدا فێربووم

کە بۆ هەر دەست بەکاربوونێکی بەپەلەو هەڵسەنگێنراو دەبێت لەگەڵ کەسانی خاوەن بیردا ڕاوێژ بکەم، تا ئاکامی کارەکە بەجۆرێک بێت کە پێشنیارەکە بخوێننەوە و پەسەندی بکەن.

ئێستا بەسەر هاتەکە شیدەکەمەوە.

بابەتەکە چۆن بوو؟

((مرۆڤی ژیر و هۆشیار لە ئەزموونی دەوروبەر سوود وەردەگرێت، بەڵام خەڵکانی لە خۆبایی دەخوازن خۆیان هەموو شتێک تاقیبکەنەوە))

- لۆرد ئاڤیبوری-

ئەو زمانە بیانییەی کە بەدرێژایی ساڵەکانی خوێندنی کۆلێژی یاسا دەخوێنرا، زمانی فەرەنسی بوو، چونکە یاسا و دەستووری پێشووی ئێمە لەناوەڕۆکی یاسای فەرەنسا و نەمساوە هەڵهێنجراوە. ڕاگری ناوداری کۆلێژیش باوەڕی بەخوێندنی زمانی فەرەنسی هەبوو. بەڵام فێربوونی ئەم زمانە بۆ ئەو خوێندکارانەی کە تەنانەت ئاشناییەکی سەرەتاییشیان لێنەبوو، بەتەواوی نەگونجاو بوون، لەلایەکەوە چونکە یاساکانی دەستوور بەزمانی ئینگلیزیش وەرگێڕابوو. چیدی کێشەیەک بۆ خوێندکاران نەدەمایەوە. ڕاگری بەهەیبەت و توندوتیژی کۆلێژ تا ئەو کاتە ڕێگای بە هیچ کەسێک نەدابوو کە پێشنیاری گۆڕینی زمان بکات و پێشینەکان لەم بوارەدا شکستیان خواردبوو، بەڵام من پێ دگربووم کە بۆ گۆڕینی دەستبەکاربیم.

گەرچی خوێندکاری ساڵی یەکەم بووم و بەو جۆرەی کە پێویستە بایەخم پێنەدەدرا، بەڵام بڕیارمدا کە بابەتەکە بەشێوەیەکی دووروردرێژ بۆ ڕاگری کۆلێژ بنووسم و سوود و تایبەتمەندییەکانی زمانی ئینگلیزیم بۆ بەیانکرد کە لەو ڕۆژانەدا زۆر بەربڵاوبوو. "مامۆستاکەمان" دکتۆر کازرونی باوەڕی وابوو کە ڕاگر جۆرە ڕەخنەیەک لەم پێشنیارە دەگرێت کە لە کردنی پەشیمان دەبمەوە، بەم حاڵەشەوە لەکارەکە پاشگەزی نەکردمەوە و وتی: ئەگەر پێش پێشکەشکردنی بابەتەکە، وەڵامی هەموو ئەو پرسیارانە ئامادە بکەیت کە ئەگەری کردنییان هەیە و لەپێشدا وەڵامیان بدەیتەوە، بەبیر و هۆشێکی زیاترەوە گوێ

لەوتەکانت دەگرێت. منیش هەمان کارم کرد و بەشێوازێکی نوێ ڕووەو ڕاگری کولێژ ڕۆیشتم. لەگەڵ ئەوەی کە خوێندکارێکی تازە هاتوو لەبەرامبەر بەڕێوەبەرێکی بەتوانا و شارەزادا بووم، بەڵام سەرکەوتن بۆ من بوو. بەم جۆرە لە کۆلێژدا ناوبانگم دەرکرد و بۆ چەند ساڵێکیش نوێنەری خوێندکاران بووم.

ئاگاداری خوونەریتی بەڕێوەبەرەکەتان بن:

((خەڵکی هەلەکانی ژیانیان لەسەریەک کۆدەکەنەوە و دێوێکی لێ دروستدەکەن و ناوی دەنێن چارەنووس))

ــ جۆن ئۆلیڤەر ــ

وردی لەناسینی **خوونەریت و ئارەزوو وشارەزایی بەڕێوەبەر ئێوە زیاتر لەو نزیک دەکەنەوە** و لە ئەنجامدا پەیوەندییەکی باشتر لەنێوانتاندا دەبەسترێت. بێگومان ئەبێ لەیادتان بێت کە ناسینی تاکەکان لەگەڵ ((خۆنواندن)) و ((خۆبردنە پێش))ە بەربڵاوەکاندا زۆر جیاوازی هەیە.

هاوکاری لەگەڵ کەسانی دیدا پێویستی بە ناسینێکی قووڵی کەسێتی هەیە ولەم ڕێگەوە بەچەند زانیارییەک دەگەین کە لە وتووێژ و کۆبونەوەکانماندا کۆمەکیمان دەکەن.

ڕەچاوکردنی ئەم خاڵانەی خوارەوە هاوکارێکی ڕاستگۆ و بەئاگات لێ درووست دەکەن

١- هەوڵبدەن ناخی بەڕێوبەر و هاوکارەکان چاک بناسن و بەئاگا بن لەهەموو ڕەوشت و خوونەریتێکیان، تاهەرگیز ڕوبەڕووی کێشە نەبنەوە، بۆ نموونە ئایا بەڕێوەبەری ئێوە مرۆڤێکی مەنتیقی و پەیڕەوی لێکۆلینەوەیە یان مەزاجی و بەدگومانە؟ توندوتیژ و ئنکارە یان نەرم ونیان و لەسەرخۆیە؟ نەفس درێژ و ئارامگرە یان تورە و هەڵەشەیە؟ گەشبینە یاخود ڕەشبینە؟

٢ - لەگەڕان و گەشت وگوزار و سەرگەرمی بەڕێوەبەر و هاوکارەکانت لەدەرەوەی فەرمانگە ئاگاداربە. ئایا وەرزشکارن ؟ ئەهلی تێکەڵبوون و خۆشگوزەرانن؟ و یان وشک و بێ گیانن؟ لەگەڵ هیچ کەس و هیچ شتێکدا پەیوەندیان نییە؟.

٣ - لە بیروباوەڕی ئایینی و بۆچوونی سیاسی بەڕێوەبەر ناسینێکی قووڵت هەبێت هەتاوەکو رووبەرووی پێشهاتی چاوەڕوانکراو نەبیتەوە.

٤- بە ئاگابوون، لە ((ورووژێنەرەکان)) و شێوازە پەسەنکراوەکانی بەڕێوەبەر، هیچ کات لەگەڵیدا دەرگیر نابن.

٥- بۆ پەیداکردنی پەیوەندییەکی تەندروست لەگەڵ بەڕێوەبەرەکەتاندا هەرگیز سوود لە هەڕەشە و قسە و قسەلۆک وەرمەگرن. باشترین رێگا نەرم ونیانی و ئارامگری و وردەکارییە لەشێوازی بیرکردنەوەی بەڕێوەبەردا.

بەڕێوەبەرکەتان ڕقی لەکام کارانەیە:

((کەسێک کە بە هیوای شانسەوە دانیشێت چەندین ساڵە مردووە))

_ پەندێکی فەرەنسی _

هۆکاری ئەوەی زۆرینەی کارمەندان و لێپرسراوی بەشەکان دەکەونە بەرگلەیی و گازاندە و هەڕەشەی سەرووی خۆیان، ئەوەیە کە بەبێ ئاگایی دەکەونە هەڵە و پێشێلکاری و جۆرە رەفتارێک دەکەن کەناویان وەک کارمەندێک یان هاوکارێکی ((ناسازگار)) دەکەوێتە سەر زمانی دەوروبەر.

ئەم فاکتەرانە ئەو بابەتانە دەخولقێنن:

١- گەڕان بەدوای کەم و کورتی هاوکارەکانیدا.

٢- حەسوودی بردن بەکارمەندانی سەروو خۆی .

٣- نەبوونی بەرپرسیارێتی لە ئەنجامدانی ئیشەکانیدا.

٤- لاوازی و دوو دڵی لە بڕیارداندا و دواخستنی کارەکان.

٥- پێداگری و سووربوون لەسەر داننەنان بە هەڵەکاندا.

٦- حەز لێنەکردنی ئەو سیستەمی بەڕێوەبەرییەی کە کاری تێدا دەکات.

٧- خراپ باسکردنی بەڕێوەبەر.

٨- خۆدزینەوە لەوەرگرتنی کاری نوێ.

٩- رەخنەگرتنی زۆر لە بەڕێوەبەر.

١٠- گوێنەدان بەکاتەکانی بەڕێوەبەر.

١١- دوورە پەرێزی لە ئەنجامدانی یەکسەرەی فەرمانەکانی بەڕێوەبەر.

١٢- وەلا خستنی پسپۆڕی و زانیارییە نوێیەکانی.

١٣- هەڵگری هەواڵی خراپ بوون و قسەی بێ ماناکردن.

کەسێک کە بەبێ هیچ هەنگاو هەڵگرتنێک کێشەکان دەخاتە روو، بەڕێوەبەر پەسەندی ناکات. ئەم جۆرە هەڵانە و هەندێک رەفتاری تری وەک نارێک و پێکی، کەم کارکردن و غایب بوونی بەردەوام رێگری پێشکەوتن و بەرزبوونەوەی ئێمەن، بەشێوەیەک کە ساڵانێکی دوور و درێژ بەبێ دەستکەوتنی پاداشت و سوپاس و پێزانین، یان بەرزبوونەوەی پلە، بەکارێکی بێ بەرهەم و بێ گۆڕان درێژە بەژیانمان دەدەین.

ئایا بەم زووانە بەڕێوەبەر گوێی لەقسەکانت گرتووە؟

((مرۆڤ هەتاوەکو شوورەی دەوروبەری خۆی نەروخێنێت، نازانێت کە تائێستا زیندانی بووە))

_ ریچارد گاردینەر _

هەندێک لە کارمەندەکان بەردەوام رەنجان و ناڕەزایەکی بەڕێوبەرەکانیان بەدی دێنن. هیچ کاتێک توانای پەسەندکردنی پێشنیارو خواستەکانی خۆیانیان نییە. تۆ لەکام گرووپیت؟ ئایا لەو جۆرە کەسانەی کە پێشنیارەکانیان بە ئاسانی لەلایەن بەڕێوەبەرەوە وەردەگرن یان پرۆژەکانتان هەمیشە فەرامۆش دەکرێن؟ لەباری دووەمدا دەبێت ئەوە بزانن کە بەڕێوەبەر لەرەفتارتان رازی نییە، یان بەئەنجامدانی پێشێلکارییەک پەیوەندی نێوان خۆت و ئەوت رەش کردووەتەوە. لەیادتان بێ کە زۆرجار بەڕێوەبەرەکان کەسانی ئاسایین و ئەگەر نەتوانیت وەک کارمەندێک یان لێپرسراوی بەشێک، وتەکانی خۆت بە ئەو قبووڵبکەیت، پێویستە لەبیری شێواز و رێگایەکی دیدا بیت.

لێرەدا دەبێت بڵێم کە مەبەستم خستنە رووی شێوازی هەڵسوکەوت و خوونەریت، یان دووبارەکردنەوەی بیردۆزە دەروون ناسییەکان نییە، بەڵکو دەمەوێت بەخودی تۆ وەک

مرۆڤێک بەهەموو ئایدیاوئامانج و هزر و بیرە سەرنج ڕاکێشکەرەکانەوە پشت ببەستم. جگە لەوەی کە تۆ بەهۆی رەچاو نەکردنی هەندێک خاڵەوە وەلا دەخرێت و گرنگیت پێنادرێت و چەندەها ساڵ لەپۆست و پلە و پایەکەدا دەمێنێتەوە.

بۆ ئاشنا بوون لەشێواز و ڕێرەوی کارمەندگەلێک کە هەرگیز بەرز ناکرێنەوە و هەمیشە لە جێیەکدا پەلەقاژە دەکەن، ڕێگەم بدەن بەشێوەیەکی تەنزئاسا کارەکتەری هەریەک لەوانە بنەخشێنم و زەردەخەنەیەکیش بن لەسەر لێوان، هەروەها پەی بەو بابەتە ببەن کە بۆچی بەڕێوەبەران گرنگی بەوتەی هەندێک لەکارمەنەکان نادەن.

١- گرووپی ((کەم کار))ەکان:

سۆرانی کەم کار هەمیشە زرنگانە دەتوانێت خۆی لەهەموو جۆرە ئالۆزییەک رزگار بکات، لەوەڵامی هەر بابەتێکدا بە شێوازی جیاواز خۆی دەدزێتەوە و هەمیشە لە وەڵام دانەوەی ڕاستەوخۆ دوورە پەرێزی دەکات. ئەگەر لێی بپرسیت کە مۆدیلەکە ئامادەیە یان نا، دەڵێت: بەڵێ، رێزتان هەیە، مەگەر دەبێت کارێکتان بەمن بووبێت و ئەنجامینەدەم. مۆدیلەکە ئامادە دەکەم. بەڵام چونکە دەزانم کە بەرێزتان کارێکی دروست و بێ کەم وکوڕیت دەوێت، کارەکەم سپارد بە ئازاد تاچاوێکی پیادابخشێنێت! واتە بەویشم نەداوە چونکە کەمێک کاری هەیە. کاکە گیان کراسەکەتان زۆر جوانە، مارکەکەشی زۆر چاکە، بەخوا تۆ زۆر جلی جوان دەپۆشیت! .

٢- گرووپی ((نوێخواز))ەکان:

کاک بڵند کارمەندێکە کە تازە خوێندنی زانکۆی تەواوکردوە و دەخوازێت هەرچی زووترە کارەکان ڕابپەڕێنێت و سیستەمی چەقیو و گەندەڵی دەزگای بەڕێوەبەرێتی هەڵاوێر بکات و بەکورتی چەند گۆڕانکارییەک بەدی بهێنێت. بۆ ئەو پارە گرنگ نییە، بەتەواوی پابەندی بایەخە مەعنەوییەکانی کارە. بەڵام کاتێک یەکەمین هەنگاوەکانی دەنێت، هاوڕێ لەگەڵ پسوولەی کڕینی پەیوەندیداردا ڕاپۆرتێک دەخاتە بەردەم بەڕێوەبەر، لەگەڵ ئەوەدا مقۆمقۆیەک دەکات. بۆچی؟ لەراستیدا خۆتان باشتر دەزانن!

٣- گرووپی ((کۆنەپەرست))ەکان:

کاک سالار لە لێواری خانەنشینداپە. لە پانزە ساڵی ڕابردوودا هیچ شتێکی نوێ فێری نەبووە و هەمیشە لەسەر کورسییەکەی پاڵ کەوتوە و هەموو ئایدیا تازەکانی بەخەندەیەکی سەر زارەکی وەڵام دەدانەوە. هەندێ کاتیش لەم جۆرە بۆچوونانە دەردەبڕێت. **سوودی نییە یان دووساڵ لەمەوپێش ئەم شێوازەمان تاقیکردەوە بەهیچ ئاکامێک نەگەیشتین،** یان تۆش دەبێت لەم بوارەدا وریا بیت. ئەو هەرگیز واتای گۆڕان و پێشکەوتن نازانێت.

٤- گرووپی ((وردە ڕەخنەگر))ەکان:

پەروێزی وردگیر دەتوانێت بەناو نیشانی جۆراوجۆر لەهەر کەسێک یان لەهەر کارێک کەم و کورتی دەرببڕێت. بۆ نموونە **بەڕێوەبەرایەتی کێشەی تێدایە یا نازانم چ کەسێک خۆی بە بەرپرسی ئەم کارە بێ عەقڵانە دادەنێت یا ئەم جۆرە بڕیاردانە کۆمپانیا لەنێودەبات، یان دەبێت یەکێک هەڵبژێرین و ئەوی دی لەسەر کار لاببەین** و چەندین جۆر لەم کەم و کوڕیانە دەخاتەڕوو.

وێنەی پەروێز لە کۆمپانیا و فەرمانگەکاندا کەم نییە و هۆکاری دەرنەکردنی تا ئێستا ئەوەیە، یەکەم، هێزی مرۆیی تێگەیشتوو کەمە و دووەم، کارمەندێکی مەیدانییە و کۆمپانیا پێویستی بەبوونی هەیە.

٥- گرووپی ((لۆجیکی))یەکان:

شاخەوانی مەنتیقی لەو جۆرە کەسانەیە کە هەربابەتێک بەگوێرەی یاسای نەگۆڕدراوی لۆجیک بەش بەش و چارەسەر دەکات. بەبۆچوونی ئەو هەموو شتێک دەبێت بەیاسا ئەنجامبدرێت. مرۆڤ پێویستە کە پەیڕەوی لەکتێبی یاسا بکات و کارمەندەکان دەبێت خۆیان لەگەڵ ڕێوشوێنە دیاریکراوەکان هاو ئاهەنگ بکەن. ئەو خۆی هەرگیز تووشی پێشێلکاری نابێت، بەڵام بوونی لەنێو کۆمەڵاندا ڕێگای دەرکەوتنی **هەرجۆرە ئەندێشەیەکی داهێنەرانە** دادەخات. خاڵێکی گرنگ کە هەرگیز دەرکی ناکات ئەوەیە کە تەنانەت پێشکەشکارانی یاساش نەرمی لەخۆیاندا نیشان دەدەن.

٦- گرووپی ((داهێنەر))ەکان:

کاک کاروان لەو جۆرە کەسانەیە بەردەوام لەخۆیاندا نوقمبوون. هەمیشە کاغەز و قەڵەمیان لەدەستدایە و ئەم کارەی بە نیشانەی نوێترین هەڵچوونە هزرییەکانی خۆی دەزانێت. دوورکەوتنەوە دوورودرێژەکان لەو ساتانەی کە ئیلهامی بۆ دەهات، یان وتووێژ لەگەڵ خۆدا لەکاتی تەنهاییدا لەجیاکەرەوە ئاشکراکانی ئەون. لەوانەیە تەنها بەرپرسێکی زۆر خۆراگر بتوانێت کە داهێنانکارییەکانی بۆ سوودی کۆمپانیا بەکاربهێنێت. بەمەرجێک واز لەبیرە بڵاو و بەرزە فرانەکانی بهێنێت و خۆی لەگەڵ هەلومەرج و توانایی کۆمپانیادا بگونجێنێت.

٧- گرووپی ((خۆبەڕێوەبەر))ەکان:

خۆ بەڕێوەبەرانی وەک کاک ئاوات لەو کەسانەن کە هەمیشە ووشەگەلی وەک بەڕێوەبەرێتی، ئەنجوومەن، پلەبەندی، سەرقاڵی، زەوی، بیناو چەندینی تر بەکاردەهێنن. هەرچەندە خۆیان کاتی بەڕێوەبەرێتیان گوزەراندەووە. بەڵام هەرگیز بیر و پرۆژەی نوێ بەمێشکیاندا نایەت. ئەوانە وشەی جوان و باش بەکاردەهێنن کە ئەگەر سوودییان لێوەربگیرێت زۆر سوود بەخش و بەنرخن، بەڵام دەبێ بەئاگابین کە ئەم چەمکانە تەنها بەشێوەی وشە دەرنەکەون و بەکرداربن.

٨- گرووپی ((بێزار))ەکان:

کەسانی ئەم گرووپە خۆشیان نازانن بۆچی بەردەوام داوای پشوو دەکەن. لەڕووکەشدا نەخۆشی بە فاکتەری ئامادە نەبوون دادەنێن. بەڵام راستی ئەوەیە کە رازی نین بەکار و شوێنی کارەکەیان. هەر چۆن بێت چارەی دەردی ئەوان ئامادە نەبوون یان نەخۆشی نییە. دەبێت بۆ رێگە چارەیەکی بنەچەیی بگەڕێن هەتاوەکو لە کارەکەیاندا بەپێشکەوتن و بەرزبوونەوە بگەن.

٩ـ گرووپی (آدابدان) ها:

ئەحمەد و مەحمودی(آدابدان) لەو کەسانەن کە هەمیشە خەندە لەسەر لێوانیانە و عاشقی ئەوەن کە بیرو بۆ چونیان سەبارەت بەشتەکان دەردەبڕن، بەتایبەتی لە بەستێنی

سیاسەتدا. ئەحەد لاوێکی بە وزەو زیرەکە کە لەحاڵی وەدواکەوتنی کارەکانیدا تەنانەت بە پۆستی جێگیری سەرۆکیش دەکات، بەڵام مەحمود خان لەو کۆمەڵە خۆش قسانەیە کە بە پێداهەڵگوتنی بە کەسانی دیدا بەئاسانی پارەیان لێ بە قەرز وەردەگرێ و دانەوەی بە بەهانەی جۆراجۆروە دوادەخات. ئەو ئەمەش نازانێت کە رەنگە سەرۆک بە کارەکانی بزانێ، ئاخر هەر کۆمپانییەک کۆمەڵێک هەواڵگری هەن.

١٠- گرووپی ((کێشە دروستکەر))ەکان:

کاک مەحمود هەمیشە بۆ هەموو کارێک بەهانەیەکی هەیە! کارەکان لە مێزێکەوە بۆ مێزێکی تر دەگوێزێتەوە و دوای چەندین پێ ترازان، دواجار پێشنیاری سازدانی کۆبونەوە دەکات. بەرێکخستنی کۆنفرانس و کۆبوونەوە هەم خۆی دەردەخات و هەم کارەکان وەدوادەخات.

١١- گرووپی ((بێ سەبر))ەکان:

کاک مەحمود بەجۆرێک سەرقاڵە کە هەرگیز بەهیچ کەسێک وەڵامی تەواو ناداتەوە. ئێوە بێگومان ئەم جۆرە کەسانە دەناسن. سەرمێزەکەیان پڕە لەکاغەز و فایلاتی جۆراوجۆر. هەمیشە لە جموجۆڵدان و بە بەهانەی گرفتاری و کاری زۆر لە وەڵامدانەوەی تەلەفۆنە پێویستییەکان خۆیان گێڵ دەکەن. دەستەواژەی وەک بەخوا سەرقاڵم یان دواتر تەلەفۆن بکە یان ئاخر نازانی چەندە کارم هەیە هەموو کاتێک وێردی سەر زمانیانە.

بەدڵنیاییەوە گرووپی تری وەک ((بەڵێ قوربان بێژ))ەکان، ((هەمەکار))ەکان، ((ئاگری ژێرکا)) کان، ((قسە پووچە))کان بوونیان هەیە، کە بەهۆی زۆر بوونی قەبارەی بابەتەکەوە باسیان ناکەین.

ئێوەش لەچاوپێکەوتنەکانی ئایندەدا لەگەڵ بەڕێوەبەرەکەتاندا تێبینی گۆڕانکارییەکانی سەرورووی بکەن. ئەگەر رەنگی رووی گۆرا خێرا ژوورەکە بەجێ بهێڵن، چونکە بە دڵنیاییەوە تووشی هەڵەیەک بوویت، باشترە پێش چاوپێکەوتنی بەڕێوەبەر بیربکەنەوە و بیربکەنەوەو....

تاقیکردنەوەی کارایی

بەڵێ، تەنزی پەیوەندیداری کارمەندانت خوێندەوە. بۆ ئەوەی بزانیت ئەم تایبەتمەندییانە لەتۆدا هەن یان نا، بە ئازایی و ڕاستگۆیی تەنانەت بە وەسواسانە وەڵامی خۆتان بدەنەوە. لەکۆتاییدا خاڵ بەخۆت بدە ئەگەر خاڵەکانت لەنێوان ٢٤ – ٣٠ بوون بەدڵنیاییەوە لەسەر شەقامی سەرکەوتنیت، بەڵام ئەگەر خاڵەکانت لەنێوان ١٦ – ٢٤ بوون دەبێت هەوڵ وکۆششی زۆرتر بخەیتە گەڕ و ئەگەر خاڵەکانت لەنێوان ٨ – ١٦ دابوون دەبێت دووبارە چاو بەکارەکانتدا بخشێنیتەوە.

پلە بەندی	هەلومەرج	٣ نمرە	٢ نمرە	١ نمرە	—
١	کاتناسی	بەتەواوی کاتناسم	وەدوادەکەم	بەزۆری غایب دەبم	کاتناس نیم
٢	وردبینی لەئەنجامدانی کارەکاندا	زۆر وردەکارم	بەکەمی هەڵەدەکەم	بەزۆری وردبین نیم	بەتەواوی وردبین نیم
٣	هاوکاری	ئەو پەڕی هاوکاری دەکەم	هاوکاری کردنم باشە	هاوکارییەکی کەمم هەیە	هەستی هاوکاریم نییە
٤	قبووڵکردنی بەرپرسیارێتی	بەرپرسی ڕاسپێردراوی زیادە پەسەند دەکەم	هەندێ لەبەرپرسیارێتییە زیادەکان وەردەگرم	زۆر بەکەمی بەرپرسیارێتی قبووڵدەکەم	دوورە پەرێز دەبم لە وەرگرتنی بەرپرسیارێتی
٥	جۆری ڕەفتارو ڕووبەڕو بوونەوە	لەگەڵ هاوکارەکان میهرەبانم	هیچ کێشەیەکم لەگەڵیاندا نییە	بەزۆری تووڕە دەبم	ڕەفتارێکی گونجاوم لەگەڵ هاوکارەکانمدا نییە
٦	بڕی فێربوون	ئامادەی فێربوون و خوێندنەوەم	حەزم لە فێربوونە	هەندێک جار دەخوێنمەوە	ئامادەی فێربوون و خوێندنەوە نیم
٧	بڕی حەزلێکردنی کار	زۆر کارەکەم خۆش دەوێت	کەمێک کارەکەم حەز لێیە	زۆر کارەکەم خۆش ناوێت	ڕقم لە کارەکەمە
٨	ڕاستی و ڕاستگۆیی	زۆر ڕاستگۆم	ڕاستگۆم	هەمیشە ڕاستگۆنیم	هەندێ جار درۆ دەکەم
٩	ئارامی و خۆڕاگری	لەکارەکاندا زۆر خۆ ڕاگرم	لەکارەکاندا هێمنم	هەندێک جار ئارامگرنیم	زۆر هەڵەشەم
١٠	ناسینی ئامانج	بۆ دوارۆژ پرۆژە و بەرنامەی تەواوم هەیە	ئامانج و بەرنامەم هەیە	هەندێ جار بیر لە ئامانجەکانم دەکەمەوە	بەهیچ جۆرێک ئامانج و بەرنامەم نییە

چۆن لەگەڵ بەڕێوەبەرێکی بێویژداندا هەڵسوکەوت بکەین

((پیاوانی دوودڵ هەرگیز سەرکەوتوو نابن))

ـ ناپلیۆن ـ

((هەتاوەکو نەکەی جێی پێی خۆت جێگر دەستت ناکەوێت هیچ جۆرێ نێچیر))

ـ نیزامی ـ

گریمان تۆ هەموو جیاکەرەوە و تایبەتمەندی کارمەندێکی باش و ڕێک وپێکت هەیە و لەتایبەتمەندی گروپەکانی سەرەوەش بەدووریت، بەڵام بەرێکەوت لەگەڵ بەڕێوەبەرێکی بێویژدان و مەزاجی و نامەنتقیدا سەر و کارت هەیە و سەرکەوتنی ڕۆژانە لەکارەکاندا پەیوەندییان بەوەوە هەیە. لەم حاڵەتەدا دەبێت چی بکەیت؟

کاتێک هەستتکرد کە کەم وکورتی لەلایەن کەسانی ترەوەیە کە بە گەندەڵی دەزگای بەڕێوەبەرێتی و بێتوانایی بەڕێوەبەر بەرزبوونەتەوە. سەرەی بڕیاردانی خۆت دەگات لەگەڵ بەڕێوەبەردا، یەکەمین هەنگاو وتووێژێکی ڕاستەوخۆیە لەگەڵ بەڕێوەبەردا. خێرا کات بدۆزەرەوە و بەئارامی هەموو بابەت و گلەییەکانی خۆت لەگەڵیدا بخەڕوو.

لەکۆتایدا خواستەکانت دووبارە بکەوە و بۆ بەدواداچوونی بابەتەکان مۆڵەت دیارییبکە، دڵنیابە رەفتارێکی هێمن و بەرەوشت و چەسپاوانە، بۆ بەرگریکردن لە خۆت ئەو دەگۆڕن، ئەگەر لەکۆتایی دانیشتنەکەدا بەو ئاکامە گەیشتیت کە هەل و مەرج رووی لەباشییە ئەوا تۆ دەگەیتە ماف و خواستەکانت و هەنگاوێکت لەرێڕەوی سەرکەوتندا بڕیوە، بەڵام ئەگەر زانیت ئەو هەرکای کۆن بەبا دەکات و ناتوانیت ببیت بەبەرامبەری، ئەوا دەست لەکار کێشانەوەی خۆت بنووسە. شوێنی کارەکەت بەجێ بهێڵە و بەدوای کارێکی نوێدا بگەڕێ. ئەگەر ویستت پارێزگارانە هەڵسوکەوت بکەیت. پێش چاوپێکەوتن لەگەڵ بەرپێوەبەردا کارێک دەست نیشانبکە و هەتاوەکو بتوانیت بەتەواوی بەرگری بکەیت.

بەرەوشت، پێداگر و ئازایانە

((هەتاو گەرمی بەگژوگیا یەک دەدات کە سەری لەخاکەوە دەرهێنا بێت))

زۆرکەس بانگەشە دەکەن کە حەق لەگەڵ ئەوانە، بەڵام ناتوانن بەدەستییبهێنن. لەوەڵامی ئەو پرسیارەی کە بۆچی سەرەڕای لەسەر حەق بوون هیچ هەڵویستێک نانوێنین؟ دەڵێن: بوێری دەست بەکاربوونمان نییە دەترسین کێشەکان ئاڵۆزترین، یان لەبەر رێزگرتنی گەورەکان ناتوانین خواستەکانی خۆمن بێپەردە بخەینەڕوو. ئەگەر پرسیاریان لێبکرێت کەلەم حاڵەتەدا چۆن دەبێت بەرگری لەماف وخواستەکانمان بکەین، وەڵام دەدەنەوە: زۆربەی کات لەخۆبردەیی دەکەین، ئامادەین لەمافەکانی خۆمان دەستبکشێینەوە بەڵام کەس نەرەنجێنین. لەخۆبردەیی و لێ بووردن باشن. بەڵام ئەگەر مافی مرۆڤێک بفەوتێنن، دەبێت بەرگرییان لێبکەین .

بەڵێ دەست پێ ڕاگەشتین بە مافەکان رێگا و شێوازی تایبەتی خۆیانیان هەیە. هیچ کەسێک ناتوانێت بۆ ماوەیەکی دوورودرێژ مافەکانمان زەوتبکات. دەبێت خۆمان رێگە چارە پەیدا بکەین. دەپرسن چۆن؟ زۆر ئاسانە، دەبێت بەخوورەوشت و پێداگری و ئازایەتییەوە بەرگری لەمافەکانی خۆمان بکەین و دڵنیابن کە بەرامبەرەکەتان زۆر بەزوویی چەک دادەنێ.

خوونەریتی بەشداریکردن لەمێزگرد دا

((کەسێک کە زۆر جەخت و پێداگری لەسەر بیروباوەڕەکەی دەکات لایەنگری کەم دەبنەوە))

_ لاوتزو _

بەشداریکردن لەمێزگرد و کۆبونەوەی ئەمڕۆدا لەچەندین لایەنەوە زۆر بەربڵاوە و ئەگەر بتەوێت ئامادەبوونێکی چالاک و ئەرێنیت هەبێت، پێویستە رەچاوی ئەم خاڵانەی خوارەوە بکەیت هەتاوەکو هەم بە ئاکامێکی ئاسوودە بگەیت و هەم بەئەندامێکی دروستکەر و کاریگەر ناوزەد بکرێت:

١- لە کاتی دووان دەربارەی بابەتێک کە لە چوار چێوەی توانایی تۆ بەدەرە، بێدەنگ بەو ئەگەر پرسیارت بەرەو رووکرا، بێ پەردە بێ ئاگایی خۆت دەربخە، بەم جۆرە هاوکات چەند کارێکی گونجاو ئەنجامدەدەیت:

ا- خۆبەکەم زانین و لە خۆبردەیی خۆت دەسەلمێنیت.

ب- رێگەی کەسانی بە ئاگا لەو بابەتە دەدەیت بیروراکانیان بخەنەڕوو.

ج- بەم کارە هانی کەسانی دەوروبەرت دەدەیت ساتی دەربڕینی بابەتەکانت بێدەنگ بن.

٢ - لە زۆر بڵێ و زۆر قسەکردن دوورە پەرێزی بکە، تا لەکاتی پێویستدا بابەتت بۆ باسکردن هەبێت.

٣ - هەوڵبدە راستگۆ بیت و بێپەردە و بەراستەوخۆیی وتەکان بەزارت دابێن. بێگومان ئەو بابەتەت لەیادبێت کە راستگۆیی لەگەڵ بەرچاو روونی دا هاورێکن.

٤ - ئەگەر باسێک لەنێوان دووکەسدا کەوتە دەمەقاڵێ، خۆت دووربگرە، لەوکاتەدا بەچەند وشە و وتەی ئارام بەخش و خۆشحاڵ کەر دۆخی دانیشتنەکە بگۆڕە.

٥ - بۆ راکێشانی سەرنجیان بەبێ بەڵگە هەق بەناهەق مەسپێرە. سەلماندنی راستی وتەکانی کەسانی دی دەبێت پشت ئەستووربێت بە بەڵگە و راستێتی بابەتەکە.

٦ - مێزگرد جێگای کۆڕ و وتاربێژی نییە، بەتەواوی دەربارەی بابەتی دانیشتنەکە گفتوگۆ بکە. لەپەراوێز دروستکردن و پێشەکی هەڵچنین خۆت بەدووربگرە.

٧ - باسی خۆت مەکە وتەکانت بە رەمز و نهێنی بە چواردەورت مەگەیەنە. کۆبوونەوە جێگای و ئەم جۆرە نەریتانە نییە.

٨ - خۆ مەنوێنە و کەمین دامەنێ، ئەو کەسانەی کە تەنها بۆ ڕەخنەی ورد گرتن ئامادەی کۆبونەوە دەبن، بەئەندامێکی نەرێنی ناوزەد دەکرێن و هیچ گرنگیەکیان پێنادرێت، هەروەها ئەو کارانەی کە خۆت جێ بەجێت کردووە و بەئەنجامت گەیاندوون بیان خەرە ڕوو.

٩ - هەر پێشنیار و پرۆژەیەک دەبێت بەرنامەرێژی هەبێت. رەخنەش لەکەسانی تر پێویستی بەدەرخستنی رێگە چارەیەکی کار سازوکردارییە.

١٠ - ئەگەر سەرۆکی کۆبونەوەکەیت هەوڵبدە رینماییکەر و ئەنجامەوەرگری دانیشتنەکە بیت، ئەم کارە بەجۆرە بەرچاو روونییەک ئەنجام بدە کە هیچ تەشەرێک لەگەورەیی ورێزی کەسانی دی نەدات و جۆرێک خۆ دەربخە وەک بلێیت ئەنجامەکە بەرهەمی ماندووبوونی هەموو ئەندامەکان بووە، ئەگەر لەکۆبونەوەیەک یان گفتوگۆیەکدا رووبەڕووی کەسێکی لەخۆ رازی و خۆهەڵکێش بوویتەوە کە هەمیشە خۆی بەراست دادەنێت وچاوەڕوانی گوێڕایەڵی ئەوانی ترە، ئەم بابەتانەی خوارەوەی بەجوانی بۆ بخەڕوو:

ا- خۆشحاڵم کە تۆ بیروباوەری خۆتت دەربڕی.

ب- تۆ بەم شێوەیە! بیردەکەیتەوە .

ج- بۆ چوونەکانت لەهەندێ لایەندا دروستن. بەڵام هەموو بەم جۆرە بیرناکەنەوە.

ئەم جۆرە پرسیارانە ئەو دەخەنە بیرکردنەوەوە، بەجۆرێک لەزیادەڕۆیی وسەر سەختی پاشەکشێ دەکات و قبوولێدەکات کە هەمیشە هەق! لەگەڵ ئەونییە.

لەوتووێژی تەلەفۆنیدا دەبێت کام خاڵانە رەچاوبکەین:

تەلەفۆن یەکێکە لەخێراترین و هەرزانترین ئامرازەکان کە ئەتوانین بەهۆیەوە پەیوەندی دروستبکەین، بەڵام هەندێ جار هەر ئەم ئامێرە سادە و کارسازە نەک تەنها لە ئامانجەکانمان نزیکمان ناکاتەوە بەڵکو لەرێگە دوورمان دەخاتەوە.

بەئاگابوون لەشێوازی گفتوگۆی تەلەفۆنی، دەتوانین ئەم ئامرازە بۆ وەدەست خستنی ئامانجەکانی خۆمان سوودی لێوەرگرین، خاڵەکانی خوارەوە یارمەتی دەرە بۆ گەیشتن بەم مەبەستە:

١ - پێش گفتوگۆی تەلەفۆنی کەمێک بیربکەنەو و لەخواستەکانی خۆتان دووبارە بکۆڵنەوە. هیچ کاتێک بێ بیرکردنەوە و بێ هەڵسەنگاندن دەست بەوتووێژی تەلەفۆنی مەکە.

٢ - پێش هەر وتەیەک خۆت بناسێنە و پاشان بەکورتی و بە پوختی برۆ سەر مەبەستی سەرەکی خۆت.

٣ - کاتی گونجاوی پەیوەندی تەلەفۆنی رەچاوبکە. هەتاوەکو رووبەڕووی وەڵامێکی نەرێنی بەرامبەر نەبیتەوە.

٤ - لە پەراوێز و پێشەکی دروستکردن دووربکوە و خێرا بچۆرە سەر بابەتە سەرکییەکە. هەروەها هەوڵبدە دەربارەی ئەو بابەتەی حەزت لێیە قسە بکە. و چاوەڕوانی ئەنجام وەرگرتنی بابەتە باسکراوەکە بکە. ئەگەر کەسی بەرامبەر هاورێیەکی دڵسۆز بوو. بابەتەکە کەمێک جیاوازترە.

٥- ئەگەر وەڵامە سەرتاییەکان دەریانخست کە وتووێژە تەلەفۆنییەکە لەکاتی گونجاودا نییە. خێرا داوای کاتێکی تربکە.

کورتەی بەشی چواردە

❊ گوێ گرتن هونەرێکە هاوتای قسەکردن، کەسێک بەجوانی گوێ لەقسەی کەسانی دی بگرێت، پەیوەندییەکی باشی لەگەڵیان دەبێت.

❊ ئەگەر بڕیارە بڕۆیتە لای بەڕێوەبەرەکەت، هەوڵبدە دەفتەرۆچکەی یاداشت و قەڵەمت پێبن. بەڕێوەبەران لەبوونی کارمەندی رێک و پێک خۆشحاڵن.

❊ ئەگەر دەتەوێت پێشنیارێک بە بەڕێوەبەری بەشەکەت بسپێریت، هەوڵبدە بنەما و ڕێ و شوێنە گشتی و پێویستەکان لەبەرچاوبگری. ئەو پێشنیار و پرۆژانەی کە کەم وکورتیان تیا دەردەکەوێت، پەسەند ناکرێن.

❊ وردبینی لەناسینی خوونەریت، حەزوشارەزایی بەڕێوەبەر، زیاتر لەئەوت نزیک دەکەنەوە و لەئاکامدا پەیوەندییەکی باشتر لەنێوانتاندا دروستدەبێت.

❊ گرنگینەدان بە بەڕێوەبەرە پایە بەرزەکان، تۆ بەکارمەندێکی ناسازگار دەناسێنێت. هەرگیز مەبە بە هۆکاری ڕەنجاندن و ناڕەزایی بەڕێوەبەرەکەت .

❊ ئەو کارمەندانەی لەپیشەکەیاندا بەرزبونەوەی چۆنیەتی نادۆزنەوە و هەمیشە پەلەقاژە دەکەن. ئەو کەسانە لەلای هیچ کەس پەسەند ناکرێن.

❊ ئەگەر لەگەڵ سەرۆکێکی بێ ویژدان ڕووبەڕوو ببیتەوە، گفتوگۆی لەگەڵ بکە، ئەگەر بەهیچ ئاکامێک نەگەشتن، خۆت بۆ کارێکی نوێ لە شوێنێکی تر ئامادە بکە.

❊ لەکاتی ووت وێژدا ((بەرەوشت)) و ((پێداگرانە)) و ((ئازایانە)) ڕەفتاربکەن. بەم شێوازە زووتر بەخواستەکانی خۆتان دەگەن.

❊ بەتێبینی کردنی وردی ئەو خاڵانەی کە لە ڕەوشتی بەشداریکردن لەمێزگردا هاتوون ئەندامێکی چالاک و دروستکەرت لێ دێنینەدی.

✓ بەئاگایی لە شێوازی گفتوگۆی تەلەفۆن، دەتوانن لەم ئامرازە بۆ وەدەست خستنی ئامانجەکانتان سوود وەربگریت.

..بەشی پانزەیەم

ئەو فاکتەرانەی کە سەرکەوتن لەبازاڕی کاردا تەواو دەکەن

ئەم چوار هۆکارەی خوارەوە باشتر بناسن:

١– کات ناسی:

((تەنها سەرمایەی ئێمە کاتە، ئەگەر ڕۆیشت چی دی ناگەڕێتەوە))

– سامویل سمالیز–

کات ناسین دیارترین جیاکەرەوەی مرۆڤی سەردەمی تەکنەلۆجیاو خیرایی و پێشکەوتنە. تۆ دەتوانیت لەڕێڕەوی ئامانجەکانتدا سوود لە دەرهاویشتەکانی دەرەوە وەربگریت. کەسێک کە کات ناناسێت بەهاو پلەوپایەکەی لەلای کەسانی تر لەدەستدەدات. بە جۆرێک کە ئەوان لەهیچ بوارێکدا متمانەی پێناکەن.

ئەو پەندە پێشینانەی کە دەڵێت ((کات وەک زێڕە)) نیشانەی بەنرخی ئەم گەوهەرە گرانبەهایەیە لە جیهانی پیشەسازی و پێشکەوتندا. هەندێک زیاتر ڕۆدەچن و دەڵێن ((دەتوانرێت ئاڵتوون بکڕدرێت، بەڵام کات کڕین هەرگیز ناتوانرێت))

٢– ڕێک و پێکی و پلەبەندی:

نرخی ڕێک و پێکی وپلەبەندی کەمتر لەکاتناسی نییە کەسانی ڕێک و پێک و ڕەفتار جوان، هانی کەسانی دەوروبەر دەدەن بۆ هەبوون و دروستکردنی ئەم تایبەتمەندییە. ڕێک و پێکی و پلەبەندی پێویستی پێشکەوتن و سەرکەوتنن لەکارەکاندا و ئەم بابەتەشمان لەکاتی باســـکردنی ((دەفتەرۆکەی کاتژمێرییدا)) ڕوونکردەوە. بۆ ئەوەی لەبایەخی ئەم خاڵە ئاگاداربن وتەیەکی ((ئەدیسۆن)) نیشان دەدەم دەڵێت: ((هەموو پێشکەوتنە جیهانییەکانی خۆم، لەوانەش داهێنانی کارەبا بە قەرزاری بیرکردنەوەی ڕێک و پێک و یاداشت نوسینی ورد دەزانم)).

٣– بەڵێن وبڕیار

((بەڵێننامە دەدڕێت، بەلێن هەرگیز نادڕێت))

_ پەندێکی ئەڵمانی _

بەڵێن و بڕیار و جێ بەجێ کردنی بابەتێکی گرنگ پێویستن لەڕێگەی سەرکەوتندا، بەڵام لەبەرامبەردا، کەسێک کەبەڵێنەکانی خۆی ناباتە سەر، ڕێز و متمانەی خۆی لەدەستدەدات و دووبارە بەدەستهێنانەوەی ئەم ڕێز و متمانەیە هەروا کارێکی ئاسان نییە. ڕێگەم بدەن بەجوانی بە سەرهاتێکتان بۆ بگێڕمەوە کە دەستکەوتی یەکێک لەبەڵێن و بڕیارەکانم بوو:

خاوەنی بینایەی کۆمپانیایەک کە بەکرێم گرتبوو، پیاوێکی زۆر زرنگ بوو کە چەند ڕۆژ پێش کرینی هاتەلام و وتی: خاوەنی پێشوو زۆر باسی تۆ دەکات و دەڵێت: تۆ گوڵی نێو گوڵدانی هەموو کرێچییەکانی دیکەی، منیش خۆشحاڵم کە نوسینگەکەمت بەکرێ پێبدەم. چونکە هیچ کات کرێکانت دواناکەون، ئێستا تکایەکم هەیە، لەبەرئەوەی تۆ لەبازاڕی پێداویستی یەدەکی ئۆتۆمبیلدا ئاشنات هەن دوو فیلتەری (BMW)م بۆ پەیدابکە. دوای ئەوەی فیلتەرەکانم بۆ کڕی، پێمدا. پرسیاری نرخەکەی کرد وتم بالەسەرمن بێت، بەڵام ئەو زۆر سووربوو کە پارەی فیلتەرەکان وەربگرم، وتی: ئەگەر ئاوەها نەبێت وەریان ناگرم. ڕوونمکردەوە: ئەگەر خەیاڵ دەکەیت بە پێشکەشکردنی ئەم دوو فیلتەرە، ئەگەری دوا خستنی کرێی مانگانەم هەیە یان پارەت بەقەرز لێ وەربگرم، ئەوا زۆر لەهەڵەدایت. تۆ خاوەنی ئەم کۆمپانیایەت و من حەزناکەم پارەی ئەم دوو فیلتەرەت لێوەربگرم. بە

خۆشحالییەوە وتی: ئێستا قبووڵیدەکەم. خاوەنی پێشوو ڕاستی دەکرد کە تۆی وەک مرۆڤێکی دروست و قەدەرزان باسکرد.

بەسەرهاتی من لەگەڵ ئەم کاک حاجییە خۆشەویستە تەواونەبوو. داوام لەژمێریاری کۆمپانیا کرد کە چەکی مانگانەم دوو ڕۆژ پێشتر بۆ بنێرێت. ژمێریار وتی: بۆچی سەری مانگ کرێیەکە نادەیت، وڵامم دایەوە: ئەم پارەیە لە ناوکۆمپانیای ئێمەدا هەیە و دانی زووتری ئەو خۆشحاڵ دەکات و لەهەمان کاتدا هیچ زیانێک بە ئێمە ناگات. ئەم بارودۆخە بەردەوام بوو هەتاوەکو شۆڕش ڕوویدا. بەفەرمانی دەوڵەت خاوەن موڵکەکان دەبوو ٢٠% کرێ دابشکێنن، پاش تێپەڕبوونی چەند مانگێک چووم بۆ لای کاک حاجی و لەبارودۆخی ناهەمواری کۆمپانیاکەمان ئاگادارم کردەوە و لەهەمان کاتدا باسی بڕیارنامە نوێیەکەی دەوڵەتم بۆ کرد.

پاش بیستنی ئەم وتانە ئەم داستانەی بۆ گێڕامەوە: لەشارێکی قەرباڵغدا سەرتاشێکی تازەکار کاری دەکرد. لەکاتی سەرتاشیندا سەرودەم و چاوی کڕیارەکانی بریندار دەکرد. ڕۆژێک یەکێک لە کڕیارەکان کە زۆر نارەحەت بووبوو. وتی: ئایا تۆ تائێستا کڕیارت هەبووە کە بۆ جاری دووەم سەردانی ئێرە بکات. سەرتاشەکە وەڵامی دایەوە: نەخێر، بەڵام ئەم کورسیەش هیچ کات بێ کڕیار نەبووە! کاک حاجی کەمێک وەستاو وتی: گەرچی کرێی ئەم موڵکە زۆرە، بەڵام هیچ کات چۆڵنابێت. بەڵام لەبەرئەوەی تۆ مرۆڤێکی باشیت و لە کرێکە ٣٠% دابشکێنە و ئەوی تری بنێرە. تێبینی بکەن کە کرێدانی پێش وەخت و مامەڵەی جوان کاک حاجی یان هەنی چ کارێکدا.

٤- جموجۆڵ و بەدواداچوون:

((ئیرادە لاوازەکان هەمیشە لەشێوەی وتە و گوفتاردا خۆدەنوێنن، بەڵام ئیرادە بەهێزەکان جگە لە پۆشاکی کار و کرداریدا نەبێت خۆیان دەرناخەن))

_ گۆستاف بۆبۆن _

سەرکەوتنی ئامانجەکان نەک تەنها پێویستییان بەجموجۆڵێکی لەئاسابەدەرە، بەڵکو بەردەوامی و پێداگریش دەخوازن. ڕێوی شەل و تەمبەڵ هەمیشە چاوەڕێی ئەو پاشماوەیە دەکات کە شێری درندە و بێ باک ڕاوی دەکات.* ئەگەر پشوو، سێبەر نشینی هەڵبژێرین و هەروەکو شێر هێرش نەبەینە سەر خواست و ئارەزووەکانمان، هەرگیز بەمەبەستی کۆتایی ناگەین.

ئەوەی لەسەرەوە وترا ئاکامی ئەزموونی خۆم بوو لە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکاندا. لەسەر سەختی و پێ داگری بۆ بەراوردکردنی ئامانجەکانم بەچەندین سەرکەوتن لەکارەکانمدا گەیشتووم. بەڵکو ڕووبەڕووی پێشنیاری کەسانێک بوومەتەوە کە ویستی کڕینی بەرهەمەکانمیان هەبووە. زەمانێک کە دەمویست ئۆتێلێک دیوار پۆش بکەم، چەند جارێک چوومە دیداری بەڕێوەبەری ئوتێلەکە. ڕۆژێکیان بەمنی گوت ئامادەم هەموو پێشنیارەکانت لەبارەی کڕینەوە پەسەند بکەم. بەڵام باشترە ئەگەر حەزتکرد کارەکەی خۆت وازلێبهێنیت و لەسەر بوودجەی من بۆ خوێندن لە بواری ئوتێلیدا بڕۆیتە دەرەوەی وڵات و پاش گەڕانەوە، بەڕێوەبردنی یەکێک لە ئوتێلەکانم لەئەستۆ بگری، سوپاسی ئەم بۆچوونە جوانەیم کرد و ڕوونمکردەوە بەهۆی بوونی هاوسەروخێزان، هەروەها خوێندن لەبواری یاسادا ناتوانم و لەپەسەندکردنی ئەم پێشنیارە دەست بڵاو و دۆستانەیە بڕیاربدەم و داوای لێبوردن دەکەم.

کاتێک بۆ فرۆشتنی ڕووپۆشی دیوار سەردانی نوسینگەیەکی ڕیکلامم کرد. ڕووبەڕووی پێشنیارێکی دامەزراندن بوومەوە بەمووچەیەکی دووبەرابەر. بەوپێیەی لە بەڕێوەبردنی کۆمپانیاکەم ڕازی نەبووم. ئەم هەلەم قۆستەوە و بەوەرگرتنی مۆڵەتێکی ١٥ ڕۆژی داوام لێیان کرد کە کەسێکی دی لەشوێنی من دابمەزرێنن و پاش تێپەڕبوونی کاتی دیاریکراو لەو نوسینگەیەدا سەرقاڵی کاربووم.

بۆ ئەوەی ئاوی چالاکیتان هەمیشە بکوڵێت، ئاگاداربن ئاگری پەرۆشی و ئەزموون لەئێوەدا ڕوو لەخامۆشی نەکات.

لەخۆبایی بوون ڕێگری سەرکەوتنە:

* داستانێکی شعرییە کە سعدی شێرازی باسی دەکات _ وەرگێڕ _



((کەسێک کە ڕێز لەخۆی بگرێت، هەرگیز تووشی لە خۆبایی بوون نابێت))

سەرکەوتنی ڕێژەیی لەکارەکاندا هەندێ جار کۆتایی و ئاکامێکی ناخۆش دەهێنێت. یەکێک لەوانە لەخۆبایی بوون و خۆبەزل زانینە. ناسینی لەخۆبایی بوون و دەرهاویشتەکانی باسێکی سەربەخۆی دەوێت. ئەوەی کەلێرەدا مەبەستمانە جۆرە فراوان و بەربڵاوەکەیەتی: واتە لەخۆبایی بوون بەهۆی سەرکەوتنەوەیە کە ئاکامەکەی بەسووک تەمشاکردنی کەسانی دییە. ئەم جۆرە لەخۆبایی بوونە لەمرۆڤدا کەسایەتی گۆڕاو دروستدەکات. بەجۆرێک کە هەمیشە بەچاویلکەی خۆبینینەوە سەیری دەورووبەری خۆی دەکات. کەسی لەخۆبایی بوو ڕەخنە وەرنەگر دەبێت. بەو کەسانەی کە ((نا)) بەو دەڵێن زۆر بەقورسی دەرەنجێت. ئەم دەردی خۆویستنە هێدی هێدی ژێری ویژدانی لێدەکشێتەوە.

شایستەبوون و لێهاتووی و کارامەیی مژدە بەخشی سەرکەوتنی ڕاستەقینەن. ئەگەر بمانەوێت سەرکەوتنمان بکەینە بەهانە، هەتا فەخر بەخەڵکی بفرۆشین و قسەیان پێ بڵێین و لەوان تۆڵە بسێنینەوە، بەدڵنیاییەوە تووشی لاوازی و سووکی کەسێتی دەبین. کەسی سەرکەوتوو

واقیعییە و بەدەستکەوتنی پلە باڵاکان، خۆبەکەم زانتر دەبێت. ئەوانەی کە بەچەند سەرکەوتنێکی بچووک خۆیان بە بەهۆشترین، داهێنەرترین و لێهاتوترین دروستکراوی خودا دەزانن، ڕێگەیان ونکردووە و سەرئەنجامێکی جگە لە شکست و ناکامییان نابێت.

بەداخەوە هۆکارەکانی سەرەکی تووش بوون بەم جۆرە ڕەفتارانە، خۆنواندن و خۆبردنە پێشی هەندێ لەکەسانی دەورووبەرە. هەڵسوکەوتێکی ئەم جۆرە کەسانە ئەوەیە کە بەپیاهەڵدان و دەست خۆشی لێکردنێکی ڕیاکارانە خۆویستی لەکەسی سەرکەوتوودا بەهێز دەکەن و هەلی کارکردن و وردی پێویستی لێدەگرن و لەهەمان کاتدا بەرێکخستنی گەشت و بەرنامەی سەرگەرمی بێ هوودە لەبەدواداچوونی ئامانجەکانی ڕایدەوەستێنیت. ئاکامی هەموو ئەمانە تێوەگلاندنی ئەو جۆرە کەسە دیاری کراوەیە لەبوارێکی پڕوپووچدا، کە دەبێت بەوردی و هۆشیارییەوە ڕێگا لەم جۆرە هەڵپەرستانە بگرین و ئاگاداربین کە خۆشمان

گرفتاری لەخۆبایی بوون بەهۆی سەرکەوتن و کارامەییەوە نەبین. چونکە کەسانی چواردەورمان ئێمە یان بەهەمان شێوە خۆشدەوێت کە پێشتربووین.

خۆبەکەم زانین فێربە ئەگەر تالبی ڕێزی   هەرگیز مەخۆرەوە ئاوی زەوی وا لەجێی بەرزی

سەفەر بۆ دەرەوەی وڵات

سەرەتای شۆرش کە قەیرانێکی ئابووری هەموو لایەکی گرتەوە، هەلێک هاتە پێشەوە تا سەفەرێکی کورت بۆ دەرەوەی وڵات بکەم. سەفەرێکی بەرهەمدار و پڕ یادگاری بوو کەمنی ئاشنا کرد بە فەرهەنگی ڕۆژئاوا.

چەند ڕۆژێک لە گەرانەوەم تێنەپەڕی بوو، ڕۆیشتمە ئەو گوندەی کە لێی لەدایکبوو بووم، جێیەک کەلەو ساڵانەدا قوتابخانەی نەبوو و دەبوو بۆ خوێندن بڕۆمە نێوەندی شار، جێیەک کە لە هەموو ڕوویەکەوە کەم وکورتی هەبوو. جێیەک لەڕووی تەندروستی و پەروەردەکردنەوە لەنزمترین ئاستدا بوو..... ئەو ماڵەی کە تیایدا گەورەبووم ئێستا لەکەلاوەیەک دەچێت کە دیوارە لەرزۆکەکانی لە ئەگەری رووخاندابوون. لەگەڵ ترسی ڕووخانی سەقفەکەدا، چوومە ئەو ژوورەی کە تیادا هاتبوومە دنیاوە، پاش گەشتێکی کورت لەناو خانووەکەدا، ئەو شوێنەم بەجێ هێشت.

مەبەستم لەم سەفەرە لە ڕاستیدا وەیادخستنەوەی دووبابەت بوو کە پەیوەندییان بەرابردووی ژیانمەوە هەبوو: دەمویست:

یەکەم: سوپاسی خودا بکەم بۆ بەخشینی سەرکەوتنە بچووک و گەورەکان

دووەم: وەبیرهێنانەوەی شوێنی لەدایکبوون و پەروەردەکردنم هەرگیز لە خۆبایی نەبم.

کەریم خانی زەند

((بەدەست هێنانی ناوی گەورە و ناوبانگ ئاسانترە هەتاوەکو پارێزگاری کردن لێی))

ــ بۆفۆن ــ

کەریم خانی زەند پاش ئەوەی گەیشتە تەختی پاشایەتی، شیرازی بەپایتەختی خۆیی هەڵبژارد. بەجۆرێ خۆشەویست بوو کەناوی وەک سەری درەختی بنەماڵەی زەندییەکان لە ئێراندا بڵاوبووەوە. ڕۆژێکیان مامی کەریم خان بۆ بینینی برازاکەی هاتە پایتەختەوە و کەریم خان فەرمانیدا پێشوازی لێبکەن و پۆشاکی گرانبەهای لەبەر بکەن. چەند ڕۆژێک لەمانەوەی تێنەپەڕی بوو لەیەکێک لەدانیشتنە گەورەکانی دەوڵەتدا بەشداریکرد. بەبینینی هێز و پلە و پایەیەی برازاکەی خۆی هەڵکێشا و گوتی کەریم خان، دوێنی شەو لەخەومدا باوکتم دی کە لەبەهەشتدا لەکەناری حەوزی کەوسەردا وەستابوو ئیمامی عەلی جامێک لەئاوی کەوسەری پێدا. کەریم خان ناوچاوی گرژکرد و توڕەبوو فەرمانیدا مامی لەکۆبونەوەکە بکەنە دەرەوە و پاشانیش لەشار دەریبکەن.

کەریم خان وتی: من باوکی خۆم دەناسم ئەو پیاوێک نییە کە شایەنی وەرگرتنی جامێک ئاوی بەهەشت بێ لەلایەن ئیمامی عەلییەوە. ئەم پیاوە دەیەوێت بە پێداهەڵدان و خۆبردنەپێشەوە سەرنجی من ڕابکێشێت. ئەگەر پیاهەڵدان و خۆبردنە پێشەوە (تەمەلوق) بوونە خوونەریت، پاشا تووشی لەخۆبایی بوون و ڕەشبینی دەبێت و کاری گەلەکەی هەرگیز بەرەوپێش ناڕوات. لەوانەیە هەربەهۆی ئەم لەخۆبوردنەوە بوبێت کەنازناوی (وکیل الرعیا) بۆخۆی هەڵبژارد.

کڕیار و سەرکانەکانی خۆتت خۆشبوێن:

((لەجیهاندا هیچ ڕۆچوونێک باشتر نییە لەڕۆچوونی
راستی ناسین))

((ئەگەر میوەی درەختێکت خوارد لقەکانی مەشکێنە))

_ پەندێکی فارسی _

فرۆشگایەک کە داهاتەکەی بەکڕینی کڕیارانەوەیە، نابێت لەگەڵیاندا بەلەخۆباییبوونەوە هەڵسوکەوت بکرێت. دەبێت نرخ و پارەی ئەو کەسانەی کە شتی لێدەکڕن بەچاکی بزانن و ڕێزیان لێ بگیرێت و ئەو کەسانەش کە لەگەڵ ئێمەدا سەروکاریان هەیە و بەجۆرێک

لەجۆرەکان یارمەتی داهات و چاککردنی ژیانمان دەدەن،. دەبێت ڕێزداربن لامان، ئەگەر وانەبێت بەسپڵە ناوزەرد دەکرێن، بەڵکو سوودیش لەکارەکانمان وەرناگرین وپەیوەندیمان لەگەڵیاندا ڕەشدەکەینەوە. ئەم داستانەی خوارەوە زمان حاڵی ئەم بابەتەیە.

لەکافتریایەکدا دوو جادووگەر بەرنامەیان پێشکەش دەکرد، یەکێکیان سەرکەوتووبوو، ئەوی دیکەیان هێندە لایەنگری نەبوون. ڕۆژێکیان جادووگەری سەرنەکەوتوو لەوی دیکەیانی پرسی: لەکارەکەتدا چ ڕازێک هەیە کەتەماشاکەرەکان هێندە تۆیان خۆشدەوێت و لەدەورت کۆدەبنەوە. لەکاتێکدا تۆش دان بەوەدا دەنێیت کە من شارەزاتر و کارەکەم هونەری ترە لەکارەکانی تۆ. جادووگەری سەرکەوتوو وەڵامی دایەوە: پرسیارێکت لێدەکەم. هەستت بەرامبەر ئەو کەسانەی کە شەوانە لەدەوری مێزەکەت کۆدەبنەوە و چاودەبڕنە کارەکانت چییە؟ وتی: هیچ هەستێکم بۆیان نییە! هەست دەکەم هەندێک بێ کار و پارەدار لەدەورم کۆدەبنەوە و من مەجبورم بۆ چەند جارێک ئەوان بخەمە پێکەنین. جادووگەری سەرکەوتوو وتی: بەڵام دەزانی هەستی من بەرامبەر ئەوان چۆنە؟ هەمیشە بەخۆم دەڵێم ئەگەر ئەم مرۆڤە نازدارانە پارەکانیان بۆ دیتن و بیستنی ئەم شتە پڕوپووچانە خەرج نەدەرکرد چی رووی دەدا. بەم شێوازی بیرکردنەوەیە، خۆم قەرزاری ئەوان دەزانم و لەئاکامدا هەموویانم خۆشدەوێن چونکە ئەم پەیوەندییە راستگۆیانەیە دەچێتە دڵیانەوە.

نرخی هاوڕێ

((گەر موخەیر کرام لە دوکانم دا چیتدەوێت
دۆستێک بۆ خۆم و هەموو نیعمەتەکانی فیردەوسم بۆ ئەو بێت))

_ سعدی شیرازی _

ئاشکرایە کە هەمووتان بەچاکی نرخی هاوڕێ دەزانن و نووسەرە گەورەکان چەندین جار لەبەرهەمەکانیاندا لەبارەی ئەم بابەتەوە دواون. پێویستی بەیادخستنەوەی دووبارە نییە. بەڵام دەبێت لەخۆمان بپرسین کە ئایا دوای تێپەربوونی ساڵانێکی زۆر بۆ ئەوانەی کە کۆمەکیان کردووین لەرێڕەوی ئامانجەکانماندا، بەئەندازەی پێویست نرخ و ڕێز و وەفامان

هەیە بۆیان؟ ئایا یادی کەسانێک دەکەین کەرۆژێک لەرۆژان هاوکارمان بوون، یان بەهۆی بەرزبوونەوەی پلەوپایە، هەروەها لەخۆباییبون بەهۆی سەرکەوتنەوە لەوان دوورکەوتینەوە؟ ئایا ئەگەر ئەمڕۆ پێویستمان بەوان نییە دەبێ فەرامۆشیان بکەین؟ کەسانێک کە هاورێکانی رابردووی خۆیان بیرچووەتەوە، بەدڵنیاییەوە لەرێگای هەڵەدان. هاورێیەکانمان سەرمایەکی گرانبەهان کە نابێت هەرگیز لەدەستیان بدەین. بەوتەی شکسپیر ((دۆستی باش وەک قوپچەیەکی پۆلاین بدووره بەجلەکانتەوە و هەرگیز لەدەستیان مەدە)) وتوێژکردن لەگەڵ هاورێ کۆن و ژیرەکاندا هەندێ جار زیاتر لەچەند حەبێکی ئازار لابەرە و کاریگەرتر و شیفا بەخشترە. ئەم بەسەر هاتەی خوارەوە زمان حاڵی شێوازی بیرکردنەوەی کەسانی ئایندەبین و ژیرە کە نرخ بۆ پلەی هاورێ دادەنێن.

دەڵێن کە دەوڵەمەند و هەژارێک هاورێی یەکتربوون. هاورێ دەوڵەمەندەکە بەدەست بلاوییەوە تا ئەو جێیەی دەیتوانی بۆ هاورێ هەژارەکەی پارەی خەرجدەکرد، بەڵام لەدەفتەرێکدا دەینووسی: پیاوە هەژارەکە گەرچی بەم حاڵە خۆشحاڵ نەبوو بەڵام هیچ چارەیەکی تری نەبوو هەتائەوەی ئەویش سەرئەنجام دەوڵەمەندبوو و بۆ دانەوەی حسابەکان چووە لای هاورێکەی و وتی: باشە دۆستی ئازیز، حسابەکەی من چەند دەکات؟ من ئێستا خاوەن پارەم و بڕیارمدا کە قەرزەکانت بدەمەوە. هاورێکەی گوتی: کام حیسابانە؟ تۆ قەرزاری من نیت! هەژاری تازەدەوڵەمەند بوو وتی: ئەگەر لەیادت بێ هەر بڕە پارەیەکت کە بۆ من خەرج دەکرد لەدەفتەرێکدا دەتنووسی: ئێستاکە بڵێ بووەتە چەند تاوەکو هەموویت بدەمەوە. وەڵامی دایەوە: من ئەوانەم لەبەرئەوە یاداشت نەکردووە کە لە تۆ وەربگرمەوە بەڵکو دەمویست بزانم چەند ساتە وەخت لەگەڵ تۆدا هەڵسوکەوتم کردووە و چەندە لەرێگەی دۆستی تۆدا خەرجمکردووە تابەبێ هۆ هاورێیەتیم لەگەڵ تۆدا تێکنەدەم چونکە تۆش وەکو هەموو داراییەکانی ترم بەنرخیت!.

بنەمای هاورێیەتی

بەروونکردنەوەکانی سەرەوە و ئاگابوونی ئەو خاڵانەی کە لە لاپەڕەکانی دوایی لێی دەدوێین، بەدڵنیاییەوە پەی دەبەین بەنرخی هاورێ وەک چاکترین سەرمایەی ژیان، تەنانەت

ئەگەر لەدیدگای تەسکی ماددییەوە لەبابەتەکە بروانین، دیسان ناتوانین نرخی دۆست پشت گوێ بخەین. بەڵام هەروەکو پێشتر ئاماژەی بۆ کرا بەهای مەعنەوی و رۆحی هاورێ هەرگیز ناتوانرێت بەراوردبکرێن بەبەها ماددییەکان. ئەگەر بۆ پاراستنی ئەم سەرمایە مەعنەوییە هەوڵدەین، بەچەند ئاکامێکی بەرچاو دەگەین. رەچاوکردنی ئەم بابەتانەی خوارەوە هۆکاری پتەوکردنی هاورێیەتیمانن لەگەڵ کەسانی تردا. بێگومان زیادکردنی چەندین خاڵی تری لەم جۆرانە دەخەمە ئەستۆی تۆی خوێنەر:

١- کاتی گونجاو تەرخانبکەن بۆ هاورێ نزیکەکانتان.

٢- راستگۆیانە لەگەڵیان مامەڵە بکەن.

٣- بە تەواوی رەچاوی خوورەوشتی خۆت بکە لەکاتی هەڵسوکەوت لەگەڵیاندا.

٤- لەگەڵیاندا میهرەبان بن.

٥- رەچاوی تواناکانی خۆت بکە و لەبەڵێنی بێ سەروبەر دوورە پەرێزی بکە.

٦- تا ئەو جێیەی پێت دەکرێت قەرز لەهاورێکانت وەرمەگرە.

٧- نهێنی پارێزبە.

٨- لەوان چاوەرێی شتی بێ جێ وبێ بابەت مەکە.

٩- سەبارەت بەوان سنگ فراوان و فیداکاربە.

١٠- لە پاش ملە بەباشی باسیان بکە.

١١- زوو دڵت نەرەنجێت و هەرچی خێراترە لەبیری نەهێشتنی دڵتەنگییەکانی خۆتدا بە.

١٢- لەو گاڵتە و گەپانەی کە زیان بەکەسێتی ئەوان دەگەیەنێت خۆت بەدووربگرە.

بەچاو خشاندنێکی خێرا و گشتگیر بەهاورێیەتییە سەرنەکەوتوو ناجۆرەکانی خۆماندا بۆمان روون دەبێتەوە کە بەلایەنی کەمەوە پشتگوێ خستنی یەکێک لەو خاڵانەی سەرەوە لەو شکستانەدا کاریگەر بوون.

بۆ دۆزینەوەی پەیوەندییەکی تەندروست و پایەدار هەوڵبدە ئەو خاڵانە لەبەر چاوبگریت هەروەها ئەزمونەکانی خۆتییان بۆ زیاد بکەیت و لەم رێگایەوە ژمارەی هاورێکانت زیادبکە و بۆ هەمیشە تەنهایی لەخۆت دوور بخەرەوە.

فێربوون

((هەرکەس کە دەبینم، لەرووبەکەوە لەمن باشترە، لەبەر
ئەوە من لەهەمووان پەند وەردەگرم و شتێک فێردەبم))

ـــ رانی ئیمرسۆن ـــ

دەڵێن ئێمەی خەڵکی جیهانی ((سێیەم)) لەجێی فێربوونی زیاتر و یادگیری، هەمیشە هەوڵدەدەین شت فێری کەسانی تر بکەین. لەهەر بابەتێکدا لەجێی گرنگیدان بە پسپۆڕی و زانستی خۆمان، بە جۆرێک خۆمان نیشاندەدەین کە گوایە پسپۆڕین لەو بوارەدا. ئەگەر یەکێک لە ئاهەنگێکدا لەتاو ئازاری دڵ دەناڵێنێت، هەمووان دەمانەوێت دەرمانێکی موعجیزە ئاسای بۆ بنووسین، لەکاتێکدا لەوانەیە هۆکاری ئازاری دڵ و دەرمانەکەشی شتێکی دی بێت. لەبواری سیاستیشدا هیچ کەس خۆی لەوبەکەمتر نازانێت و ئامادەیە تەنها لەچەند خولەکێکدا هەموو کێشەکانی جیهانشی بکاتەوە و چەند رێگەیەکی کرداری و جێیبەجێ کراو لەبەردەمماندا دابنێت، بەڵام ئەگەر ئەم بابەتە لەگەڵ کەسێکی ئەوروپی و ئەمریکیدا باسبکەین، بێپەردە دەریدەخات کە دەرچووی کۆلیژی بەشە سیاسییەکان نییەو لەبۆچوون دەربڕین خۆی دووردەخاتەوە و لە کاتی پێویستدا بابەتەکە دەگۆڕێت. ئینگلیزەکان راهاتوون بەوردی گوێ لەکەسانی تر بگرن و لەکۆتاییدا ئەگەر شتێک فێربوون سوپاسی ئەو کەسە دەکەن. بەڵام ئێمە هێندە ئارەزووی فێربوون و وەرگرتنی پێشنیاری کەسانی دەورووبەرمان ناکەین. بێ ئاگاین لەوەی کە لەوانەیە فێربوون چرایەک بێت بۆ دەرچوون لەرێگا تەنگەبەرەکان و لەناوبردنی رێگا تەسکەکانی ژیان. فێربوونی خوونەریت و بیروباوەڕی نەتەوە جۆراوجۆرەکان لەجێگەی خۆیاندا زۆر سوود بەخشن بەڵام **دەبێت ئەوە بزانین کە کام یەک لەوانە دەچەسپێت بەسەر بارودۆخی کۆمەڵایەتی ئەمڕۆی کۆمەڵگاکەماندا و کام لەوانەش پێچەوانەیە لەگەڵ کلتورەکەماندا.**

لەخۆبایی بوون و خۆویستی

((لەخۆبایی بوون نەریتی نەزانان
لەخۆبایی بوون نییە لای پیاوچاکان))

ـــ سعدی شیرازی ـــ

لە بەشی زیانەکانی لەخۆبایی بوون و خۆهەڵکێشاندا زۆر لەو بابەتە دواین، بە جۆرێک کەچیدی نیازی بەروونکردنەوەی زیاتر و ئامۆژگاری و پێشنیاری نوێ نییە. بەڵام لێرەدا دەمەوێت داستانێک بگێڕمەوە کە دەتوانێت سەرمەشقی گونجاوبێت بۆ ئاراستەکردنی کارەکان.

دەڵێن جارێکیان ئەمریکییەکان ئەنیشتاینیان بانگکرد بۆ کۆڕێک. کاتێک کە پرسیاریان لێکرد لەبارەی حەقدەستەکەی وەڵامی دایەوە: تەنها دە هەزار دۆلار بەسە. ئەوانەی کە بانگهێشتیان کردبوو سەریان سوڕما، چاوەڕێی داواکردنی بڕە پارەیەکی یەک ملیۆن دۆلاریان لێدەکرد. وتیان کە ئەم حەق دەستە کەمە لەنرخ و ناوبانگی ئەو کەم دەکاتەوە، بەڵام ئەنیشتاین بە ئارامییەوە وتی: کە ئەو بڕە پارەیە بۆ کرێی هاتن و رۆیشتن و کاروباری ئوتێل بەسە، هەروەها وتی: بەو بۆچوونەی کە دەڵێت حەقدەستی یەک ملیۆن دۆلاری خۆشی و خۆشگوزەرانی دەهێنێت، باوەڕم نییە. ئەم وتەیە هاوتای ئەو پەندە فارسییەیە کە دەڵێت: ((درەخت هەرچەندە بەرهەمی زیاتر بگرێت، لق وپۆپەکانی زیاتر بەرەو خوارەوە شۆڕ دەبنەوە)).

لەخۆبردنە پێشەوە (تملق) دوورەپەرێزی بکەن

((پێداهەڵگەتن هەم بێژەر بێزار دەکات هەم گوێ گر))

ـــ پەندێکی لاتینی ـــ

((خۆبردنە پێشەوە و رەوشت زۆر بەکەمی لەیەک
جێگەدا کۆدەبنەوە))

ـــ کۆنفۆشیوس ـــ

هەندێ لەکارمەندان، فرۆشیاران، بەڕێوەبەران هەمیشە هەوڵدەدەن بەخۆبردنە پێش و پێداهەڵگەتن ئەنجامەکانیان وەدەستبخەن. خۆبردنە پێشەوە پایە و بنەماکەی ریاکارییە و بەدڵنیاییەوە تێکدەری هەموو پەیوەندییەکی باشە. بەڵام ئەگەر تۆ باسی ئاکارە جوان و باشەکانی کەسانی تریکەیت و ئەم کارە بێ هیچ چاوتێ برین و چاوەڕوانییەک ئەنجامبدەیت، بەکەسێکی **دەم پاک و جوان بلێ**، ناوزەد دەکرێیت و هاوڕێیەتیت لەگەڵیاندا پتەوتر دەبێت. پیاهەڵدان و باسکردنی ریاکارانە لەکەسێتی و ناوبانگی کەسی بەرامبەر نەک تەنها هیچ یارمەتییەکی باشکردنی پەیوەندییەکان نادات، بەڵکو بارودۆخەکە زیاتر لەوەی کە هەیە خراپتر دەکات.

دروستکردنی پەیوەندییەکی تەندروست و ئاوەڵاکردنی دەرگاکانی هاوکاری بە دوور لەهەر جۆرە تەڵەکە و ریاکارییەکە هونەرێکە کە رێگا لە زمان چەوری دەگرێت. لەوانەیە وتەیەکی دیل کارنگی مەبەستەکەمان رۆشنتر بکاتەوە: ((جیاوازی هەیە لەنێوان ئەو سەنا و پیاهەڵدانەی کە لە دڵێکی پاکەوە سەرچاوە دەگرێت، لەگەڵ ئەو قسە لووس و پێد هەڵدەرەی کە پایەکەی لەسەر ریاکاری چەسپاوە.

چۆن گوێ لەقسەی کەسانی تر بگرین

((بێژەری شارەزا، گوێگرێکی شارەزاشە))

ــ پەندێکی فارسی ــ

لەکاتی گفتوگۆ کردن لەگەڵ یەکێکی دیکەدا، هەلی پێبدە تاهەموو بۆچوون و بیروباوەڕەکانی دەربڕێت. هیچ وتەیەک بەزماندا مەهێنە نەوەک زنجیرەی وتەکانی ببچڕێت. بەدرێژایی ئەو ماوەیە چاوت لەسەر کەسی قسەکەربێت و ئەگەر پێویستی کرد داوای روونکردنەوەی لێبکە. بەرەفتاری جوانی خۆت زیاتر هەستی رێزگرتن بەو ببەخشە. بارودۆخێک چێ بکە کە قسەکەر هەمیشە هەستبکات بەئاگاتر و داناترە لەتۆ. ئەگەر لەوتەیەکدا هەڵەی کرد بەلۆژیکی خۆت سەرکوتی مەکە، بەڵکو ئارام بگرە هەتاوەکو رێز و ناوبانگی لەکەدار نەکەیت. هەموو ئەم کارانە بەراستگۆیی و نیەت پاکی و باوەڕەوە

ئەنجامبدە و بزانەکە بەبێ تێبینی کردنی رووکاری دەرەوە کاریگەرییەکی ئەرێنی ناکاتە سەرکەسی بەرامبەر.

مەگەر لەگەڵ دەربڕینی بابەتێکدا هەستتانکردکە بیروڕادەربڕینی ڕاشکاوانە لە بارەی هەڵەکانیەوە گونجاونییە. لەوانەیە ببێتە هۆی رەنجاندنی، بەشێوەیەکی ناراستەوخۆ و بەئاکارێکی زۆر جوان یەک دوو پرسیاری دەربارەی بابەتەکە ئاراستەبکە و داوای بیرکردنەوەی لێبکە و کاتی گونجاوی بدەرێ بۆ تێرامان لەبابەتەکە.

قسەکردن پێویستییە، گوێ گرتن هونەرە!

((کەسێک کە قسەدەکات، دەچێنێت، ئەوەی کە گوێ دەگرێت دەدرووێت))

ــ **امام علی (ر.غ)** ــ

باسی ئێمە لێرەدا تەنها گوفتاری ئاسایی خێزانی لەنێوان تاکەکانیدا نییە، بەڵکو ئەو گفتوگۆیانەش دەگرێتەوە کەبەهۆی کارەوە دروستدەبن. بەئاکام گەیشتنیشی یان پێویستی یان بەرەچاوکردنی هەندێ خاڵ هەیە.

دوان لەگەڵ کەسانی تردا و قسەکردن دەربارەی کێشە و کارەکانمان هێندە سەخت نییە و هەمووان بەشێوەیەک ئەم پێویستییە بەئەنجامدەگەیەنین. بەڵام بەگوێگرتن لە قسەی کەسانی چواردەورمان هێمنی و خۆراگری تایبەتی خۆی دەوێت. بۆ نموونە، ئەگەر کارمەندێک یان کرێکارێک هاتە لات و مۆڵەتی قسەکردنی لێ خواستی، دەبێت چیبکەین؟

١- رێگە بدە هەرچی دەوێت بیلێت.

٢- بەهۆی کارێکەوە کە کردوێتی، لۆمەی مەکە.

٣- پێی مەڵێ ئەگەر بەم جۆرە یان بەو جۆرەت بکردایە باشتر دەبوو.

ئارام بگرە تاوەکو بێژەر وتەکانی خۆی تەواوبکات و بەهێمنی و ئارامی بگات، ئەرکی تۆ لەدرێژایی ئەو ماوەیەدا بێدەنگییە و بۆ ئەوەی جارێکی دی بەرەو لات بێتەوە:

١- بە گوتەکانی خۆت ئەو مەرەنجێنە.

٢- لە کار و بریارەکانیدا خۆت هەڵمەقورتێنە و تووشی گومان و دڵەڕاوکێی مەکە.

٣- مەبە بەهۆکاری شێوان و پەرێشانی رۆحی ئەو.

کەم ڕوویی:

گەرچی فاکتەری بۆماوەیی لەکەم ڕوویدا کاریگەری هەیە، بەڵام زۆرینەی دەروونناسان بەتەواوی بەدیاردەیەکی وەرگیراوی دەزانن. کەسی کەم ڕوو لە ڕووبەڕووبونەوە لەگەڵ کەسانی نائاشنادا هەراسی هەیە و لەدروستکردنی پەیوەندی لەگەڵ دەوروبەردا تووشی شێواندنی ڕۆحی دەبێت. لەهیچ بوارێکدا توانایی دەربڕینی توانا و لێهاتنەکانی خۆی نییە، هەروەها لەمەیدانی کار و پیشەدا بەپێشکەوتنێکی بەرچاوناگات. هەمووتان کەم تا زۆر بە کەم ڕووی و شەرمنی ئاشنان، لەبەرئەوە لێرەدا بەکورتی باس لە زیان و نیشانە و ڕێگە چارەکانی دەکەین و ناسینی هەرچی زۆرتری ئەو بابەتە دەخەینە ئەستۆی خۆتان.

أ- زیانەکانی کەم ڕوویی:

کەسانی کەم ڕوو زۆرجار ناتوانن دەروونی خۆیان بخەنەڕوو، بەواتایەکی تر لەترسی شکست و داڕمان، لەدەرخستنی خۆیان دوورەپەرێزی دەکەن و بەو پێیەی کە ناتوانن لەکاتی خۆیدا خواستەکانی خۆیان بەیانبکەن، ڕێگرێک دروستدەکەن لەسەر ڕێگای ئەگەری پێشکەوتنی خۆیان. چارەسەری زۆریان بۆبابەتە باسکراوەکان هەیە بەڵام بەهۆی کەم ڕووییەوە هیچ وشەیەک بەزماندا ناهێنن، لەبەر نیگەرانی لەتووشبوونی زمان گیران لەکاتی قسەکردندا، لەگفتوگۆ خۆبەدوور دەگرن. دەروونناسەکان لەو بڕوایەدان ئەگەر کەم ڕوویی لەئەندازەی خۆی تێپەڕی کرد، ئاکامی بە جیابوونەوە و گۆشەگیری لەکۆمەڵ دەگات، بەجۆرێک کە تەنانەت ئەو کەسە لەدروستکردنی پەیوەندییە ئاساییەکان بێدەسەڵات دەبێت.

ب- نیشانەکانی کەم ڕوویی:

لەکاتی کەم ڕوویدا:

١- بێ واتاو پچڕپچڕ قسە دەکەین.

٢- دەنگمان تووشی لەرزین دەبێت و شلەژان و ترس هەموو لەشمان داگیر دەکەن.

٣- ماسوولکەکانی قورگمان بەجۆرێک لێک دەئالێن و بەئازار دەبن کە توانای قسە کردنیان لێ دەستێنرێتەوە.

٤- دەپەشۆکێین و لەئەنجامدانی هەرکارێکی سادە دوا دەکەوین.

٥- زۆرکات بێدەنگین و ترس لە دروستکردنی هەڵە خامۆشمان دەکات.

ج- ڕێگا چارەیی کەم ڕوویی:

١- ئەو بابەتەی کە دەتەوێت بەیانی بکەیت، پێشتر ئامادەی بکە و چەند جارێک بەدەنگی بەرز بیخوێنەرەوە.

٢- ڕووکاری خۆت بەپاک و خاوێنی ڕابگرە هەتاوەکو متمانە بەخۆبوونی زیاترت هەبێت.

٣- پەسەندی بکە کە لە ژووری ڕەشەوە ڕەنگێکی ترنییە. ئەگەر خراپترین ڕووداو کە لە گتفوگۆ یان وتارداندا بۆت دێتە پێش ئەوەیە کە ناتوانیت باش قسە بکەیت و ئەمەش کارەساتێک نییە.

٤- لە کاتی تەنهاییدا لەکەنارێکدا پاڵبکەوەو دەستەواژە و ڕستەوبیری هیوابەخش لەگەڵ خۆتدا بڵێرەوە و لەگەڵ ئەم ڕاهێنانەدا یادی سەرکەوتنەکانت بکەرەوە. خۆت ڕازیبکە کەلە زۆر بواردا لەزۆرێک لەکەسانی دەوروبەرت بەرجەستەتر و هەڵکەوتوو تری.

٥- هەمیشە کەسانی وتاربێژ بکە بەسەرمەشقی خۆت و بەچاو خشانێکی دووبارە بەبابەتە باسکراوەکاندا لەبەشی ((متمانە بەخۆبوون))ی ئەم کتێبە. ڕاهێنانە کاریگەر و پێویستەکان بۆ نەهێشتنی کەم ڕوویی لەیادتدا بپارێزە.

لەدەرگای داخراو مەترسن:

((بەهێزی ئیرادە دەتوانین هەموو شتێکمان
دەستبکەوێت بەڵام ئەم ئیرادەیە بزوێنەر و وردی دەوێت،
ئەگەر نەیخەینەگەڕ بەزوویی ژەنگ دەهێنێت))

ـــ لابولا یێ ـــ

ئاوەڵا کردنی دەرگاکراوەکان و چوونە ژوورەوە کارێکی هێندە گران و گرنگ و جێی شانازی نییە. **کەسانێک کەبەداهێنان و لێهاتووی دەرگا داخراوەکان دەکەنەوە، گفتوگۆ و**

لێکۆلینەوە بەبن بەست گەیشتوەکان دەخەنەوە گەڕ و بەندەکانی نێوان پەیوەندی تاکەکان دەشکێنن، بەدڵنیایەوە لەتەواوی هۆش و توانا و لێهاتوویی خۆیان سوود وەردەگرن.

ئەم بابەتەتان لەیادبێت کە کەس هەنگاوی یەکەم هەڵناهێنێت و بۆ گفتوگۆ بانگ هێشتمان ناکات، مەگەر ئەوەی خۆت هەلومەرجەکان فەراهەمبکەیت. دەرگاکانی سەرکەوتن بەئاسانی بەڕووتدا ئاوەڵا نابن، مەگەر ئەوەی کە بەمشتە پۆڵاینەکانت چەند جار لێت دابن. لەجیهانێکی شێواودا کە کێبرکێ لەسەر ژیانی سیاسی و ئابووری و کۆمەڵایەتی خێوەتی هەڵداوە و لەهەموو شوێنێکدا رووبەڕووی لێدان و خۆتوندکردنەوەی ماستاوچیان دەبینەوە، دەبێت بۆ گەیشتنی بە مەبەستەکانمان، بڕیاردانی پێداگر و سەرسەختانەمان هەبێت بۆنەهێشتنی گرفت و کێشەکانی خۆمان.

ڕووی کراوە و بڕیاردەر و راستگۆ گەورەترین چەکی کردنەوەی دەرگاداخراوەکانن و ئەگەر بەم جۆرە هەڵسوکەوت بکەن لەگەڵ چواردەوردا کاریگەرییەکی خۆنەویستیان لەسەر دروستدەکەن. هەرگیز بە ورەیەکی وێران و پەشۆکاو و ناشادەوە بەشوێن هیچ کەسێکدا مەڕۆن، چونکە نەک تەنها هیچ دەرگایەک بەڕووماندا ناکاتەوە، بەڵکو رێڕەوی گفتوگۆیەکی ئاسایی و سادەش بەبن دەست دەگەیەنێت.

کورتەی بەشی پانزە

❊ ((کات ناسی)) دیارترین خاڵی مرۆڤی سەردەمی ئۆتۆمبیل وخێرایی وپێشکەوتنە. مرۆڤی کات ناس نرخ و پلەوپایەی خۆی لەبەرامبەر کەسانی دیدا لەدەست نادات.

❊ ((رێک و پێکی)) و ((بردنە سەری بەلێنەکان)) دوو هۆکاری گرنگ و بەنرخن وکەسانێک کە ئەم دوو تایبەتمەندییەیان هەیە نابێت لەهیچ نشێوییەک بترسن.

❊ ((جووڵان)) و ((چالاک بوون)) فاکتەری گرنگی سەرکەوتنن لەکارەکاندا و ((بەردەوام بوون)) و ((بەدواداچوون)) دڵنیاکەری سەرکەوتنن.

❊ کەسانێک کە پاش سەرکەوتن لەخۆبایی دەبن، لەخۆیان کەسێکی دی دروستدەکەن بەجۆرێک کە هەرگیز رەخنە پەسەند ناکەن و ڕازی نابن هیچ کەس بەوان ((نـا)) بڵێ.

❊ هاوڕێیەکانمان وەک هەروەکو سەرمایەیەکی گران بەهان کە هەرگیز نابێ لەدەستیان بدەین. بەرەچاوکردنی ((بنەماکانی هاوڕێیەتی)) هەرگیز بەتەنها نابین.

❊ حەزلێکردنی فێربوون ژینمان رۆژ بە رۆژ شیرنتر دەکات، چونکە فێربوونی ((یەک خاڵ)) ئێمە لە ((سەدان)) گرفت رزگار دەکات.

❊ دروستکردنی پەیوەندییەکی تەندروست و ئاوەڵا کردنی دەرگاکانی هاوکاری بەدوور لەهەر جۆرە فێڵ و ڕیاکارییەک، هونەرێکە کە زمانبازی و ماستاوچیتي بەرێگەیدا ناڕوات.

❊ گوێ راگرتن لە وتەکانی کەسانی تر تاقەت و ئارامگرییەکی تایبەتی دەوێت و هەوڵبدەن لەبەرامبەر کەسانی تردا سنگ فراوان بن، تاهەمیشە بەرەو رووتان بێن.

❊ ((زیانەکانی کەم ڕوویی)) بناسن و بۆ لەناوبردنی دەستبەکاربن و خۆتان بە کەم مەزانن و لەسەر نرخ وگرنگی خۆتان رابوەستن و پێداگربن.

..بەشی شانزە

بنەمای وتاردان

هونەری گفتوگۆ کردن

جوانی پیاو ڕەوانبێژییەکەیەتی

_ امام علی (ر.غ) _

هەتاوەکو پیاو قسە نەکاتە سەر زمان

عەیب و هونەری نایەتە بەرچاوان

_ سعدی شیرازی _

شێوازی قسەکردن نەک تەنها پێناسی کەسێتی مرۆڤە، بەڵکو بەسەرنجدانی ئەندازەی زانیاری و خوێندنیشی دەردەکەوێت. ئەو کەسەی ئاگاداری هونەری قسەکردنە، ئاشنایە بەکارهێنانی دروستی وشە و دەستەواژەکانیش و بە، توانای ئاوەڵا کردنی هەموو دەرگایەکی داخراوی هەیە. لەهەر تەنگەژیەک خۆی رزگاردەکات. کەسانێک دەناسم بەرستەیەکی گونجاوبەجێ و بە وتەیەکی رەسەن ولۆژیکی گرێی نێوچاوانی تۆڕەترین ودەمارگیرترین دەم و چاوەکان دەکەنەوە و خەندە دەخەنە سەر لێوەکان.

بۆ ئەوەی نرخی قسەکردن باشتر بزانین، دەبێت ئاشنای قسەکانی گەورەپیاوان بین. ئامانج ئەوە نییە کە لە تۆ وتاربێژ و قسەکەرێکی بەرجەستە دروستبکرێت، هەبوونی چەند زانیارییەک لەم بارەیەوە یارمەتی دەردەبن لەبواری وتارداندا.



جۆرج هێربێرت دەڵێت: ((یان بەجوانی قسە بکە یان بەژیرانە بێ دەنگ بە)).

فیساگۆرس دەڵێت: ((یان خامۆش بە یان قسەیەک بکە لەخامۆشی باشتربێت)).

وتەی مۆنتیسکیوش بەم جۆرەیە: ((هەندێ جار بێ دەنگی زیادلەهەموو قسەکان مەبەستەکان روون دەکاتەوە)). بەوتەی یەکێک لە فەیلەسوفەکانی یۆنانی: ((کەم زانین و زیاد قسەکردن وەک هەژاری و زۆر خەرجییە)).

پەندەکانی سەرەوە تایبەتمەندی قسەکردن و سەرسورهێنەری ئەم هونەرەی یان بۆ ئاشکراکردین. ئەوەش بزانن سیاسەتمەدارانی دنیا هەمیشە گەورەترین وتاربێژانیش بوون. مەبەست لەجوان قسەکردن وتاردان نییە، بەڵکو باش قسەکردن و هەڵبژاردنی چەند وشەیەک و بابەتێکی گونجاو و بەجێیە.

منیش کاتێک لە شارێکی دوورە دەستەوە هاتمە نێوشاری تاران، زۆر خراپ و نادروست قسەمدەکرد و ئاخاوتنێکی گوندنشینم هەبوو. بەڵام بەهۆی راهێنانی بەردەوام و زیادکردنی زانیاری وزانستی خۆم ڕێگەی قسەکردنی دروست فێربووم، بەجۆرێک کە زۆرێک لەهاوڕێکانم من بە وتاربێژێکی! باش دەزانن. بەڵام ئەو ستایشکردنانەی ئەوان بەهەند وەرناگرم.

لەم باسەی خوارەوەدا بەکورتی ئاماژە بەهەندێک خاڵ لەبواری هونەری گفتوگۆکردن دەکرێت، بۆ ئاگابوونی زیاتری ئەم بابەتە بگەڕێنەوە بۆ ئەو کتێبانەی کە زیاتر لەم بابەتە دەدوێن.

چەند هەنگاو نانێکی بەسوود پێش وتاردان

قسەکردن لەناو کۆمەڵێکدا وەک قسەکردنە لەناو دۆست و ئاشناکاندا، بەمەرجێ کە وتاربێژ ترسێکی نەبێت. دڵەڕاوکێ و پەشۆکاوی لەخۆی دووربخاتەوە. بەداخەوە ترس لەخراپکردنی وتار یان وتەکان ئاکامەکە خراپتر دەکات. وتاربێژی چاک دەبێت ئەم خاڵانەی خوارەوە ڕەچاو بکات:

١- پێشتر راهێنان لەسەر بابەتی وتارەکە بکات.

٢- بۆ دەستگرتن بە هەناسەوە، راهێنانی پێویست ئەنجامبدات و پێش دەستپێکردن چەند هەناسەیەکی درێژ هەڵکێشێت.

٣- پێش کۆبونەوە بەئەندازەی پێویست پشوو بدات وبرسی نەبێت.

٤- چەند جارێک بەخۆی بڵێت وتارەکەم زۆرباش دەبێت.

هەل و مەرجی دەوروبەری وتاربێژ

١- لەدەوروبەریدا کەسێک یان شتێک نەبێت کەسەرنجی گوێگران راکێشێت.

٢- رووناکی بەجۆرێک رێکبخرێت کە رووی بەتەواوی ئاشکراو دیاربێت.

٣- بڵندگۆکە خراپ نەبێت و دەنگی کەم و زیاد نەکات.

٤- لەچواردەوریدا هەرجۆرە هاتن و رۆیشتنێک نەبێت.

٥- بۆ رەچاوکردنی ئارامی رێکخستن، بەرپرسی چاودێری هەبێت.

شێوازی وتاردان:

١ - گوێگران رابکێشێت بۆ بابەتی وتارەکە و مێشکیان لەهەموو کێشە و رووداوێکی دوور لەباسەکە دووربخاتەوە.

٢- بابەتی وتارەکە پێشەکی، ناوەڕۆک، کۆتایی لەخۆبگرێت.

٣- زاڵبێت بەسەر بابەتە لێدواوەکە و توانای وەڵامی هەموو جۆرە پرسیارێکی هەبێت.

٤ - لەبابەتی سەرەکی دوور نەکەوێتەوە و چەند بابەتێک لەیەک وتاردا کۆنەکاتەوە، مەگەر ئەوەی بەرنامەکە بەو جۆرە رێکخرابێت.

٥- بەدەنگی بڵند و چەسپاو و رەوان قسەبکات.

٦- باسی خۆی نەکات و گوێگران نەرەنجێنێت.

٧ — ئاگاداربێت کە بەهیچ جۆرێک تۆرە نەبێت.

٨ - لە کاتی وتاردانا سەیری هەموان بکات و هەندێ جار بەبێ دەنگییەکی کورت سەرنجیان رابکێشێت.

٩- لەهەر خولەکێکدا زیاد لە ١٢٠ وشە بەکارنەهێنێت.

١٠- گۆرانکاری لە ئاواز و ریتمدا هەبێت، چونکە دەنگێکی یەک پارچە گوێگرەکان ماندوو دەکات.

تایبەتمەندییەکانی دەنگێکی باش:

١- روون و ئاشکرابێت.

٢- دڵگیر و چەسپاوبێت.

٣- ساف و خۆش ئاوازبێت.

٤-لەرەیەکی باشی هەبێت.

٥- ئەو دەنگە پەسەندکراوی هەموانە کە خۆمانە و بەرهەڵستکارانە و خۆبەگەورەزان و وشک نەبێت.

جیاکەرەوەکانی وتاربێژێکی باش

((هەر وشەیەک کە لە دەم دێتە دەرەوە، مەڵهەمێکە کە بەزامێک دەگات یان خەنجەرێکە کە دڵێک لەت دەکات یان شنەبایەکە کە دەریای هەستەکان دەورووژێنێت. لەپێش وتندا بیربکەنەوە))

١- خۆش رەفتار، لەش جوان، بە رەوشت، قسە خۆش، سەرنج راکێش و شیرین زمان بێت.

٢ - هەمیشە زەردەخەنە لەسەر لێوانی بێت، هێمن وئارام بێت. سوود لەوشەی سادەوئاسان وەربگرێت.

٣- ئاستی زانیاری و زانستی گوێگر رەچاوبکات، بەجۆرێک کە هەموان بتوانن لەوتەکانی تێبگەن و دەرکی پێبکەن و دووربێت لەهەر جۆرە شانازیکردن بە خۆوە.

٤- بۆ تێگەیاندنی بابەتەکان و بەڵگە هێنانەوە بۆیان سوود لەپەند و وتەی شاعیر و نووسەر و بیریاران وەربگرێت.

ئەو وتاربێژەی کە خاوەنی چەندین خاڵی ورد و ئەندازەبۆکراوە، کە بە رەچاوکردنی هەل ومەرجەتایبەتییەکان و جۆری گوێگرەکان، و بەشێوازێکی تایبەت بەخۆی وتار

پێشکەشبکات. لەم باسەدا لەوبوارە گرنگانە دەدوێن کە لەزۆربەی وتارەکاندا بەکاردەهێنرێن.

یاسای گفتوگۆ:

((هەموو جەنگێک دواجار لەپشت مێزی گفتوگۆوە شیدەکرێتەوە و کۆتایی پێدێت)).

زۆرینەی خەڵکی لەژیانی رۆژانەدا و لەپەیوەندی لەگەڵ هاوکاران و بەرپۆەبەران وئەوانەی لەژێر دەستی ئەوان دان و لەگەڵ ئاشناکاندا تووشی کێشە دەبن، ئارەزوو دەکەن بەهەر جۆرێک بێت چارەسەری بکەن.

ئەمڕۆ لەدونیای سیاسەت و ئابووریدا ((گفتوگۆ)) بەکارێکی گرنگ دادەنرێت چونکە گونجاوترین و خێراترین رێگە چارەیە. لەرێی ((گفتوگۆ))وە دەتوانین ئەو هەڵەو خراپ لێک تێگەیشتنانەی کە هۆکاری هەڵگیرسێنەری هەر جۆرە جیاوازیەکن، کۆتایی پێبهێنین. کەسەکان لەکاتی گفتوگۆدا زانیاری پێویست لەبەردەم یەکتردا دادەنێن و ئاگاداری چۆنیەتی و چەندێتی بۆچوونەکان دەبن، کە ئاکامەکەی ئاگابوونە لەخواستەکانی دوولایەن و دەستکەوتنی رێگە چارەی لۆژیکی و ژیرانە و دروستکردنی لێک تێگەیشتنێکی رێژەییە.

((گفتوگۆ)) دیاردەیەکی نوێیە کە دەمەوێت روونی بکەمەوە. ئێمە لەهەموو ساتەکانی ژیانماندا لەگەڵ ئەم کاروبارەدا دەستمان تێکەڵە.

کاتێک لەگەڵ شۆفێرێکی تەکسیدا لەسەر بڕێ کرێ قسە دەکەین، کاتێک لەگەڵ دوکاندارێکدا لەبارەی کڕینی کاڵاوە دەدوێین. یان ئەو ساتانەی کە نیازی کڕینی ئوتومبیلمان هەیە، لەراستیدا لەحاڵەتی گفتوگۆداین. مەگەر وتەی پزیشک لەگەڵ نەخۆشدا، گفتوگۆی پارێزەر لەگەڵ داواکارەکاندا، یان قسەکردنی کارمەندێک لەگەڵ بەرپۆەبەردا دەربارەی بەرەو پێش چوونی کارەکان ((گفتوگۆ)) نییە؟

راستە هەموو ئەم کەسانە لەگەڵ یەکێکی دیدا لەباری گفتوگۆدان، بەڵام کەسێک بە ئەنجامێکی دڵخواز دەگات، ئەگەر لەرێ و شوێنەکانی ئەم بابەتە بەئاگابێت. ئەوانەی کە

شێوازی دروستی گفتوگۆ لەگەڵ دەوروبەردا رەچاوناکەن، کەمتر سەرکەوتوو دەبن لەچارەسەرکردنی گرفتەکاندا.

هەشت فاکتەر بۆ گفتوگۆیەکی باش

((بەبێ زاڵبوون بەسەر خۆتدا ناتوانیت کەسانی تر رازی بکەیت)).

ـ کیم وور چونگ ـ

یەکێک لەمەرجە پێشینەکانی گفتوگۆ، لەبەرچاوگرتنی ویژدان و لۆژیکە، بۆ کەسی بەرامبەر و بۆ ئەوەی ئەم بابەتە بسەلمێنیت:

١ – دەرکی لایەنی بەرامبەر بکە. بۆ گەیشتن بەم ئامانجە:

ا- خۆت لەجێی کەسی دیاریکراو دابنێ هەتاوەکو باشتر بەخواستەکانی شارەزابیت.

ب- بۆچوونەکانت سەبارەت بەو بابەتانەی کە لەسەری جیاوازن، شیبکەرەوە

ج- لەبیری پەیداکردنی پەیوەندییەکی بنچینەیی و لۆژیکیدا بە لەگەڵ ئەودا.

د- چەند جارێک یادی بخەرەوە کە خوازیاری چارەسەرکردنی کێشەکانی نێوان هەردوولایەنی، نەک هیچ سوودێک کە ئەگەری هەیە لەم رێگەیەوە دەستبکەوێت.

ه- لەگەڵ گفتوگۆدا هەمیشە لەخۆت بپرسە بە چ شێوازێک ئەم بابەتە چارەسەر دەکرێت.

٢ – لە کاتی وتووێژدا توڕەمەبن:

توڕەبوون لەکاتی گفتوگۆدا نەک تەنها تۆ وەک کەسێکی بێ لۆژیک و بێ ویژدان نیشاندەدات، بەڵکو رێگرێک لەسەر رێگای خواستەکانتدا دروستدەکات. هەروەها ئەگەر هەستت کرد کە کەسی بەرامبەر توڕەیە، رێگە بدە ئەم وزە رووخێنەرە خاڵی بکاتەوە، هەموو قسەکانی بکات و بەئارامی بگات...... دوای دروستبوونی بارودۆخێکی ئارام،

ڕەهەندی ڕاستەقینەی گفتوگۆ پەیدا دەبێت. شایانی باسە کەخاڵی بوونەوەی گرژییە دەمارییەکان دەبێتە هۆی خاڵی بوونەوەی هەندێ زانیاری و هەلومەرجێک بۆ بەرقەرارکردنی تێگەیشتنێکی تەواو ئامادە دەکەن.

٣ – تەنها لە خۆبینین دووربکەونەوە:

بۆ ئەوەی لایەنی بەرامبەر بەکەسێکی خۆبینت دانەنێت، لەگەڵ وتەکاندا هەمیشە ئەم خاڵە بەیانبکە. لەوانەیە منیش هەڵەم کردبێت. باسکردنی ئەم بابەتە هەندێک ئاسوودەیی بەکەسی بەرامبەر دەبەخشێت. لەکۆتاییدا تێی بگەیەنە کە بۆ کۆتایی پێهێنانی جیاوازییەکان تەنانەت ئامادەم بەبەخشینی هەندێک تایبەتمەندی و بەرژەوەندی.

٤ – لۆمە مەکەن:

لەناوزڕاندن و قسە پێوتنی لایەنی بەرامبەر خۆت بەدووربگرە، هەرگیز کەسێتی مەشێوێنە و مەیخە ژێرپرسیارەوە، ئەگەر وەهات کرد، دەبێت بزانیت کە چی دی هیچ ئومێدێک بەدرێژەپێدانی گفتوگۆ ئاشتەوایی نامێنێت.

٥– بەباشی گوێ بگرە:

کاتێک کە لایەنی بەرامبەر وتووێژ دەکات و بابەتێک شیدەکاتەوە، بەهەموو هەستی خۆت سەرنجی بدە و بەم ڕەفتارەت دەیسەلمێنیت کە ئەویش خاوەنی مافە، ڕەچاوکردنی ئەم بابەتە جگە لەوەی هانت دەدات بۆ هاوکارییەکی زیاتر، هەمان پەرچەکردار لەکەسی بەامبەرەوە ئاراستە دەکرێت.

٦– هێرش مەکە سەر لایەنی بەرامبەر:

لەجێی سەلماندنی ((هەڵەکان)) و ((کەم وکورتییەکان))ی لایەنی بەرامبەر، زیاتر دەربارەی ((خواستەکانی خۆت)) بدوێ ودڵنیابە وتووێژەکە بەرەو ئاقارێکی باشتر ئاراستە دەکرێت. بنەماو مەرجی گفتوگۆیەکی تەندروست، هەوڵ و گەڕانە بۆ وەدەستخستنی ئاکامێکی ئاشتەوایی و پێداگری لەسەر هەڵە و کەم وکورتی لایەنی بەرامبەر نەک تەنها هیچ

کۆمەکی چارەسەرکردنی کێشەکان ناکات، بەڵکو پەیوەندی هەردوولا لەوەی کە هەیە زیاتر ڕەشتر و خراپ تر دەکات.

٧– لەگەڵ کەسی کەللە ڕەقدا نەرم ونیان بە:

هەرگیز لەگەڵ کەسانی (ئینکاردا) بەهەمان شێوەی خۆی یان ڕەفتار مەکەن، چونکە هۆکاری بەهێزکردنی سەرسەختی و سووربوونە لەسەر قسەکانی لەهەڵسوکەوتتان لەگەڵ ئەم جۆرە کەسانەدا. هەوڵبدەن ڕێگە چارەیەکی گونجاو بدۆزنەوە. لەگەڵ ئەمەشدا ڕاستەوخۆ داوای بۆچوونەکانی لێمەکەن، چونکە دەگونجێت هەندێک وشەی هەڕەشە ئامێز بەزمانیدا بێت، یان نیشانەی پرسیارت لەسەر دابنێ، ئەوکات کار دەگاتە سەر شەڕ و دەمەقاڵێ، و ئەگەری وتووێژ و ڕێککەوتن لەدەست دەچێت.

٨– هەڵبژاردنی ناوبژیکەر:

لەحاڵەتێکدا کە تەواوی شێوازەکانی سەرەوە بەکارهێنران و بەئەنجامێکی دڵخواز نەگەیشتیت. هانا بهێنە بۆ دوایین ڕێگەچارە، ئەویش هەڵبژاردنی ناوبژیکەرە، یان دادوەرێک کە لەم حاڵەتانەدا زۆر کاریگەرە، بەتایبەتی ئەگەر بابەتی وتووێژەکە ئالۆز و تایبەتی بوو.

دەمەقاڵێ

هەموو جۆرێک و توێژ بەئاکامێکی داواکراو دڵخواز ناگات و بۆ چارەسەرکردنی هەندێ لەکێشەکان دەبێت کاتێکی زۆرتری بۆ تەرخان بکەین. وتووێژی لەم جۆرە هەندێک جار دەگاتە دەمەقاڵی و دەمارگیری، بەداخەوە ئاکامێکی جگە لە توڕەبوون و سەرئێشە و کەم خۆری نابێت. ئەم جۆرە تەنگەژانە تاماوەیەکی درێژ یەخەمان دەگرن. بەجۆرێک کە ڕزگاربوون لێی یان هەروا کارێکی ئاسان نابێت، بەڵام لەڕووی جەستەیی و دەروونییەوە، جۆرێکمان لێ بەسەردێت ئەگەر ڕێمان نەکەوێتە نەخۆشخانە، بەختمان هەبووە ئەگەر ئێستا گرفتەکانی خۆمان ببەینەماڵەوە چی بەسەر هاوسەر و منداڵەکانماندا دێت؟ ئایا دەبێت

دووبارە کێشەکان بهێنینەوە شوێنی کارەکانمان؟ لەم حاڵەشدا وەڵامەکان چی دەبن؟ بەم نموونەی خوارەوە ئەم بابەتە زیاتر ڕۆشن دەبێتەوە.

بۆچی پشیلەی ماڵەکە لێدانی خوارد:

دەڵێن پیاوێک لەسەر بابەتێک لەگەڵ بەڕێوەبەری فەرمانگەکەدا دەکەوێتە دەمەقاڵێ. کێشەکە چارەسەرنەکرا و بەڕێوەبەر بەوتە ئازاردەرەکانی دڵی ئەوی زۆر ڕەنجاند. پیاوەکە کە بەبێ هیچ بەڵگەیەک ناچارکرابوو بێدەنگ بێت. گەڕایەوە ماڵەوە و وتوڕەییەکەی خۆی بەسەر هاوسەرە بێ ئاگاکەی لەم بابەتە خاڵیکردەوە. هاوسەرەکەی نەیدەویست لەگەڵ مێردە ماندووەکەیدا دژایەتی بکات و لەگەڵ خزمەتکارەکەی ماڵەوەیدا کەوتە دەمەقاڵێ و هات و هاوار، خزمەتکاری بێچارەش دەستی بەهیچ جێگایەک بەند نەدەبوو بەلێدانێکی بەهێز لەپشیلەکەی ماڵەوە تۆڵەی ئەم ناداد پەروەرییەی لەو ئاژەڵە بەستەزمانە سەندەوە.

گوناهی کرد لەمیسر ئاسنگەرێ

بەشمشێر دایان لەملی مسگەرێ

لۆرییەکی پڕ لە خاشاک

((مرۆڤی بێ رق و کینە کەسێکە کە بیر لەئامانجێکی کۆمەڵایەتی دەکاتەوە))

_ لینکۆڵن _

ئەگەر لۆرییەک برێک خاشاکی تێدابێ، دەبێت لەکەمترین ماوەدا بێڕیژێت، ئەگینا بۆنی ناخۆشی هەمووان بێزار دەکات. دەروونی مرۆڤیش پڕە لەدیاردەی وەک ڕەنجان، رق وکینە، تۆڵەسەندنەوە و ئەگەر ئەو بەلا ڕۆحیانە لەخۆی دوور نەخاتەوە و خاڵیان نەکات، نەک تەنها تووشی ئازاری ڕۆحی دەبێت، بەڵکو بەکاردانەوە خراپەکانی، خەڵکی دەوروبەریش ئازار دەدات. بەباوەڕی زۆرینەی دەروونناسەکان، زیاد لە ٩٥% خەڵکی توانای دەست کێشانەوەییان نییە لەتۆڵەسەندنەوە و رق لێبوونەوە. ئەگەر ئەم هێزە ئازاردەرانە لەدەروونی

خۆیاندا پارێزگاری لێبکەن و هیچ هەنگاوێک بۆ لەناوبردنیان نەبەن، دەبنە هۆی زۆرێک لەنەخۆشی وفشارە دەروونییەکان.

دەبێت چی بکەین؟

بەسەرهاتی لێدانی پشیلەکە کۆتاییەکی ناخۆش و سەیری هەبوو. بۆ ئەوەی ئێمەش تووشی ئەو جۆرە هەڵانە نەبین دەبێت چی بکەین؟ دەبێت ئاگامان لە دڵ ڕەنجاندن بێت لەکەسانی چواردەورمان، پێش ئەوەی کاردانەوەیەکی نادروست لەخۆمان نیشانبدەین، چارەیان بکەین. لەلایەکەوە کەسێک کەدڵتەنگی و رق و کینە و گرفتەکان لەسەریەک کۆدەکاتەوە بۆ رزگاربوون لێیان هیچ هەوڵێک نادات ((دەبێت بزانن کە تەنها بۆ ماوەیەک دەتوانن هەڵیان بگرن و تەحەمولیان بکەن. لەدوای ئەوە دەبێت چاوەڕوانی کارەساتێک بن ئاکامەکەی گەردنی خۆییان و کەسانی دەوروبەر دەگرێتەوە. لەبەرئەوە ڕێگەچارە تەنها هەمان بەیانی یەکەمی ئەم باسەیە. دەبێت دڵ ڕەنجانەکان بناسین و چارەیان بکەین. ئەگەر دڵمان رقی کەسێکی تێدایە. دەبێت لەگەڵی وتوێژ بکەین. چاکترین ڕێگا بۆ لەناوبردنی دژە بۆچوونەکان ناسینی قوولی ئەو بۆچوونانەیە،، پاشان چارەسەرێکی لۆژیکیانەیە. زۆرێک لەو کێشانەی کە لە بەردەمیدا دەستەوەستان وەستاوین، دەتوانرێت چارەبکرێن، و زۆربەیان ڕێگە چارەی زۆر ئاسانیشی یان هەیە.

ژیان و سەرکەوتن لەخود خۆیدا هونەرێکە، ئەو کەسەی کە پەرۆشی کامەرانییە، دەبێت ئەم هونەرە بەجوانی فێربێت.

پشوو سەرگەرمی

((کەسێک نەتوانێت کاتێکی گونجاو بۆ پشوو سەرگەرمی بدۆزێتەوە زوو یان درەنگ دەستەوەستان دەبێت کە کاتەکەی بۆ چارەسەرکردن بەسەر بەرێت))

- جان وان-

کەسی سەرکەوتوو ئەوەیە کەزۆربەی کاتەکانی لەکاروکۆششدا بەسەر بەرێت، بەڵام لەراستیدا پێویستی بەپشوودان و سەرگەرمیش هەیە. کاری بێ وەستان و بەردەوام بوونی ئامانج زۆر گرنگە و دڵنیاکەرەوەی سەرکەوتنە. بەڵام ئەگەر هاوڕێ نەبێت لەگەڵ پشوودان و سەرگەرمیدا ژیان واتاونرخی تایبەتی خۆی لەدەستدەدات.

مێشکی پڕ کار و چاڵاک وداهێنەر نیازی بە چاودێری بەردەوام هەیە و کەسانێک کە بۆ ساتێکیش دەست لە هەوڵدان هەڵناگرن، زوو یان درەنگ تووشی ماندووبون و تەمبەڵی رۆحی دەبن. دابەزینی ئاستی کار و هەڵە یەک لەدوای یەکەکان دەرهاویشتەی ماندووبونی مێشک و لاوازبوونی دەمارین، کە ئەگەر خێرا بیر لەچارەیەک نەکەینەوە، توانای جووڵە و چەسپاوی خۆمان لەدەست دەچێت. مێشکی مرۆڤ وەک ئوتومبیل پێویستی بەرۆن گۆرینی بەردەوام هەیە، هەتاوەکو بۆ ماوەیەکی درێژتر سوودی لێوەربگیرێت.

ماسیۆن دەڵێت: ((هەروەکو چۆن هەتاو گیانێکی نوێ بەگژ وگیا و درەخت دەبەخشێت، چالاکی و هێمنی رۆحیش گیانێکی نوێ بە جەستەی مرۆڤ دەبەخشن)).

زۆرینەی کەسەرکەوتووەکان بەجۆرێک کاتی کار و پشوودان رێکدەخەن کەکۆتایی هەفتە لەگەڵ خێزان و هاوسەرەکەیدا دەگوزەرێنن. کەسانێک کە پشوودان و بەسەربردنی کاتەکان لەگەڵ خێزانەکەیاندا وەک رۆژێکی بەفیرۆچوو لەقەڵەمدەدەن، بێ ئاگان لە تام وچێژی کاری دوای پشوودان.

پشودان، سەرگەرمی دەبێت هەروەک کارکردن بەهەند وەربگیرێن. ئەگەر لەکاتی مۆڵەت و پشوویدا هەمیشە پەیوەندی تەلەفۆنی بکەن بەشوێنی کارەکەتانەوە، یان سەرقاڵی کارەکانی فەرمانگەبن، لەپشووەکان هیچ سوودێک وەرناگرن.

گاڵتەکردن و خۆش مەشرەبی

((ژیان کورترە لەوەی کە بتەوێت کاتەکانی خۆت لەدڵەڕاوکێ و نیگەرانیدا بەسەربەریت))

ـــ ئەفلاتوون ـــ

((بێ بەرهەمترین رۆژ ئەو رۆژەیە کەتیایدا پێ نەکەنیون))

ـــ چارلس فیلد ـــ

یەکێک لەبەربڵاوترین سەرگەرمی و پشودانەکان نوکتەگێرانەوە و خۆش مەشرەبییە. ئەمرۆ خەڵکی لەسەرتاسەری دونیادا بۆ کەمکردنەوەی فشاری کاری ماندووکەر بۆ پشودانی دەروون، نوکتە دروستدەکەن و بەم جۆرە کەسانی تر دەخەنە پێکەنین.تاوەکو ئێستا بیستووتانە کە کەسێک حەز لەنوکتەنەکات. نوکتە، بەتایبەت ئەگەر سووکایەتی کردن بەنەتەوە و بیروباوەڕ و ئاخاوتنێک نەبێت، زۆر پەسەند و دڵگیرە و وڵاتە گەورەکان بودجەیەکی زۆر بۆ خستنە پێکەنینی خەڵکان* تەرخان دەکەن و لە بەرنامە شادی بەخشەکاندا دادەنرێن. بەرنامە دارێژەران لەوباوەرەدان کە ژیانی مەکینەیی بەجۆرێک مرۆڤی لەناو خۆییدا گرفتارکردووە کەهەندێ جار هەوڵدان بۆ خۆقوتارکردن لێی بەشێوەیەکی بەرچاو هەستپێدەکرێت. هەندێک لە زانایانیش لەو باوەڕەدان کەخەندە توانای دەرمانکردنی زۆرێک سووکەنارەحەتییە دەرونییەکانی هەیە. بەبۆچوونی ئەوان قاقای پێکەنین لەقووڵای دڵەوە وەک لە بۆمبێکە کە لە جێیەکی گونجاودا خاڵی کرابێتەوە. هەروەها لەتەقینەوەیەک دەچێت کە فشارە دەروونییەکان فرێیدەداتە دەرەوە.

هەرچەندە زۆرێک لە خەڵک، هونەری نوکتە گێڕانەوەیان نییە، بەڵام دەتوانن بەسوود وەرگرتن لە وتەی بەنرخ و پەندە پێشینەکان کە زۆر بەنرخ و گرانبەهان وفێربونیشیان هێندە قورس و گران نییە، کەسانی چواردەوریيان پێ شاد بکەن.

---

* Smilng Mares You Beautiful

باشترە ئەم نوکتە و پەندانە لەدەفتەرێکی بچووکدا یاداشت بکرێن و لەبەربکرێن، هەتاوەکو لەکاتی گونجاودا سوودییان لێوەربگیرێت. پاش ماوەیەک لەبەکارهێنانی ئەم شێوازە لەلای هاورێکانت خۆشەویست دەبیت. دەبێت کەخۆش مەشرەبی ونوکتە گێرانەوە و قسەی خۆش بکەیت بەبەشێک لەخوونەریتەکانت. خەڵکی ئامادەن کە ساتەکانیان لەگەڵ ئەو کەسانەدا بەسەربەرن کە وتەی بەپێزیان پێیە و بەهونەرەجوانەکانی نوکتە گێڕانەوە ئاشنان.

لینکۆلن، ئازادیخوازێکە کە هەموو ئەمریکییەکان شانازی بەناوییەوە دەکەن، زۆر نوکتە باز و قسە خۆش بووە. لەناخۆشترین کات و هەستیارترین کۆبونەوەدا سوودی لەنوکتە و پەندی بەجێ وەرگرتووە تاهەمووان بخاتە پێکەنین. لەهەمان کاتدا ئامادەیان بکات هەتاوەکو لەسەخترین وتووێژدا بەشدارییبکەن و ماندوێتی لەبیربەرنەوە. دەڵێن لینکۆلن هەمیشە پێش خەوتن کتێبی نوکتەی دەخوێندەوە بۆ ئەوەی شەو بەهێمنی تێپەڕێنێت.

لەکۆتایی ئەم خاڵەدا پێویستە بزانین کە ئەگەر بمانەوێت پێبکەنین و کەسانی تر بخەینە پێکەنین، دەبێت هەموو رۆژێک بەیانیان پێش ئەوەی لەماڵ بێینە دەرەوە کەمێک لەگەڵ خۆماندا خەڵوەت بکەین. بیر لەدڵ رەنجاندن و کێشەکان بکەینەوە لەگەڵ کەسانی دیدا و ئامادەی چارەسەرکردنیان بین. بەئەنجامدانی ئەم کارە چالاکی و شادی، خۆی بۆخۆی بەرەو رووومان دێت.

کتێبەکان لەکتێبەکانەوە دروستدەبن

((زانست تواناو روناکیمان پێ دەبەخشێت، بەزانست

بەهیوا و باوەڕ و عەشق دەگەین))

خوێندنەوەی کتێب و خوگرتن بەکتێب خوێندنەوە رێگا و شێوازی تایبەتی خۆیانیان هەیە. جێگا و شوێنێکی بە نرخییان هەیە. لە بەرهەمی نوسەران و زانایان دەربارەی کتێب و یادگرتنی زانست و فەرهەنگ چەندین ئامۆژگاری بەسوودییان تێدایە و بەجۆرێک هانمان دەدەن بۆ کتێب خوێندنەوە.

بەبۆچونی هەموو ناوداران کتێب چاکترین یار و هاوڕێی مرۆڤە و دەرمانی هەموو شکست و خەفەت و دڵ تەنگییەکانە.

لەبەرئەوە جارێکی تر، هەرچەندە، چەند جارەیە داوا لەئێوە دەکەم کە رۆژێ یەک کاتژمێر لەکاتی خۆتان بۆ خوێندنەوە تەرخانبکەن و ئەم کارەش بکەنە خوونەریتی رۆژانەتان. بەدرێژایی ٣٠ رۆژ راهێنانی بەردەوام ئامانجێکی وەهاتان بۆ دروستدەبێت کە خۆنەویستانە بەم کارە هەڵدەستن. هەموو هەوڵەکان بۆ ئەوەن کە ((گرنگی)) خوێندنەوەتان بۆ دەربخەن.

ئەگەر بەوردی و ئارامی کتێب بخوێنیتەوە و شێوازی یاداشت کردن و پەراوێز نوسین بەکاربهێنیت، بە بەرهەمێکی سوودبەخش دەگەیت. لەگوتاری نووسەران و گەورەپیاوان و ناودارانی جیهان چەندین بابەت هەن کە دەتوانن سەرمەشقێکی گونجاوبن و لەتەنگانە و گرفتەکاندا هاوکاریمان بکەن. لەلایەکەوە، خوێندنەوەی زۆر هانت دەدات بۆ نوسین. لەنووسین مەترسن، هەرچی بەمێشکتدا دێت بینوسە و ئەگەر پەسەندت نەکرد پاشان بیدرێنە و دووبارە بینوسەوە.

هیچ کەس لەسکی دایکیدا نوسەر نەبووە. نووسین بارێکی دەستکەوتووە، هەموو کەسێک دەتوانێت بەخوێندنەوە پێشکەوێت، هەروەها بەپشتبەستن بەزانیارییە بەسوود وپێویستەکان، دەتوانێت نووسەرێکی شایستە لەتۆ دروستبکەن.

سادە نووسین و رەوان نووسین دووجیاکەرەوەی گرنگی نوسینن کە فێربونی یان هێندە دژوارنییە. لەهەمان کاتدا لەبیری ئەوەدابن کە نووسەرێکی ئەکادیمیتان لێدەربچێت. هەوڵبدەن بەخوێندنەوەی زیاتر زانیارییەکانتان بەرفراوان بکەن و بوێرانە بۆچوونەکانی ناو مێشکتان بخەنە سەرکاغەز. کتێبەکان لەکتێبەکانەوە پەیدادەبن. ئەم کتێبەی بەردەستان بەرهەمی خوێندنەوەی چەندین کتێبی سوود بەخشە.

من بەخووێندنەوەی ئەوانە و ئیلهام وەرگرتن لەلۆژیکی ترین و بەڵگەدارترین رێگاو شێوازە باسکراوەکان، ئەم کتێبەم نووسیوە. کەکتێبێکی بێ بانگەشە و بووژاوە و لێکۆڵینەوەیە. تۆش بەهەمان شێوە بخوێنەرەوە ئەگەر حەزت کرد بنووسە هەتاوەکو رێرەوی نووسینت

هەموارتربێت. ئەگەر بەم شێوەیەت کرد لەخۆت کەسێکی پشت بەستوو بەخۆت دروستدەکەیت و بەرەو ئاسوودەیی دەروون لەژیاندا هەنگاو هەڵدەنێیت.

کورتەی بەشی شانزە

* دەم وچاوی بریادرەر و شاد و خۆشەویست، گەورەترین کلیلی دەرگا داخراوەکانە. و هەرگیز بە وتەیەکی رووخاو و ناشادوومان و پەشۆکاو مەچنە لای هیچ کەسێک، چونکە نەک تەنها هیچ دەرگایەکمان بۆ ناکاتەوە، بەڵکو رێرەوی وتووێژی ئاسایی و سادەش بەبن بەست دەگەیەنێت.

* بە بەکارهێنانی شێوازەکانی وتاردان و هەڵبژاردنی وشە و بابەتی گونجاو لەکاتی قسەکردندا لەخۆت کەسێتییەکی نوێ ساز دەکەیت.

* بەجێبەجێ کردنی یاساکانی گفتوگۆ بەئاکامێکی داواکراو و دڵخواز دەگەیت. کەسانێک کە شێوازی دروستی وتوێژ لەگەڵ کەسانی تردا رەچاوناکەن، کەمتر سەرکەوتوو دەبن لەچارەسەرکردنی گرفتەکاندا.

* لەجێی سەلماندنی ((هەڵەکان)) و ((کەم وکورییەکان))ی لایەنی بەرامبەر، زیاتر دەربارەی خواستەکانی خۆت گفتوگۆ بکە و دڵنیابە کە بەم شێوازە رێڕەوی گفتوگۆکان رووەو رێگەیەکی خوازراو ئاراستە دەکەیت.

* گرفتەکانی رۆژانە لەگەڵ خۆتان مەگوازنەوە بۆماڵەوە. بەرلەوەی کاردانەوەیەکی نادروست لەخۆت نیشانبدەیت، هەوڵبدە چارەسەری بکەیت. زۆرینەی ئەو کێشانەی کە دەستە وەستاونین لەبەردەمیاندا، چارەسەر دەکرێن و زۆرکات رێگە چارەکان زۆر ئاسانن.

* مێشکی پرکار و داهێنەر و چالاکی ئێوە پێویستی بەچاودێری بەردەوام هەیە. کار دڵنیاکەری سەرکەوتنە. بەڵام ئەگەر هاورێ نەبێت لەگەڵ پشووداندا ژیان نرخی مەعنەوی و راستەقینەی خۆی لەدەستدەدات.

* خەڵکان ئامادەن کاتەکانی خۆیان لەگەڵ ئەو کەسانەدا بەسەربەرن کە وتەی خۆش و بەپێزیان لایە.

ووتەی کۆتایی:

دەورانی سەخت کۆتایی دێت
مرۆڤی ماندوونەناس رادەپەڕێت

((مرۆڤ وەچەی هەلومەرجەکان نین، بەڵکو بەرهەمی دەهێنن))

ــ بنیامین دندرائیلی ــ

بەچاوخشاندنێکی گشتگیر بەسەر بابەت و باسەکاندا، بۆت دەردەکەوێت کە ئەوانە لەجێی خۆیدا زۆر جۆراوجۆر و بەرفراوانە و دەتوانێت سەرمەشقێکی گونجاوبێت بۆ لاوە پەرۆش وچالاکەکان. ئەو لاوانەی کە ئارەزووی خستنەگەڕی لێهاتن و تواناکانیانن و خوازیاری بەراوردەکردنی حەزوئارەزووەکانیان.

یەکێک لەئامانجەکانی ئەم پەرتووکە، خستنەبەرچاوی بەسەرهاتی هەندێک لەناودارانی بەرجەستە و تایبەتمەندیەکانی ژیانی کەسانێک بووە کە لە تەنگانەکاندا ئیرادەیان بەکارهێناوە، هەر لەسەرەتاوە هەستی نائومێدیان خنکاندووەو رێگە سەخت و ناهەموارەکانی هەموار کردووە. ئەوان بۆ بەراوردەکردنی ئامانجەکانیان بەرگەی هەموو جۆرە ناخۆشی و زەبرێکیان گرتووە و لەهیچ بارودۆخێکدا لەپێ نەکەوتوون. چونکە یەقینیان هەبووە کە کۆتایی هەموو تاریکی‌یەک، رووناکی رۆشناییە. هیچ سەرکەوتنێکیان بەئاسانی بەدەست نەهێناوە، گەرچی درەختی ئەوان درەنگ بەرهەمی گرت. بەڵام سەرەنجام بەوەی کە خوازیاری بوون، گەیشتن.

بەسەرهاتی ئەم کەسانە ئەوە بەئێمە نیشاندەدات کەهیچ یەک لەمانە جیاکەرەوەی تایبەتیان نەبووە و پارێزگار و پشتیوانێکیان نەبووە. تەنها جیاکەرەوەیان رێکخستن و وردەکاری زۆر و دان بەخۆداگرتن بووە کەرێگەی دەستکەوتنی ئەمانە بەرووی ئێوەشدا ئاوەڵایە.

ئەگەر باوەڕ بەخۆتان هەبێت و برەو بەداهێنان و تواناکانی خۆتان بدەن، لەوانەیە چەند هەنگاوێک زیاتر لەوان پێشتر بکەون. ئەگەر ئیرادەمان هەبێت بەهەموو بوونەوە، خوازیاری چارەسەرکردنی کێشەکان بین، هەموو فاکتەرەکانی سەرکەوتن لەخزمەتی ئێمەدا دەبن. هەموو بەنداوێکیش دەرووخێنین. گەورەترین سەرکەوتنەکان بۆ ئەو کەسانەبوون کە شانیان ناوەتە ژێر گەورەترین بەڵاو کارەساتەکان.

بۆتانم باسکرد کە ئابراهام لینکۆلن رووبەڕووی چ جۆرە کێشەیەک بووەوە و چ ئەزموونێکی کۆکردەوە، هەتاوەکو بەناوبانگی خۆی گەیشت. لەگەڵ ئەوەشدا کەدەیزانی گەیشتن بەلوتکەی بەرزی، پێویستی بە تێپەربوونە بەسەر چەند رێگرێکدا. لەبەرامبەر گرفت و کێشەکاندا سەری دانەنواند و سەرئەنجام بە ئارەزووەکانی خۆی گەیشت. لینکۆلن باوەڕی بەتواناکانی خۆی هەبوو کەئەمەش لەخۆیدا باڵاترین بزوێنەرە رووە و بەدواداچوونی ئامانجەکان.

ئێستا بۆ چەند ساتێک هێلن کێلەر بەیاد بهێنمەوە کە چاوێکی کوێر و گوێیەکی کەڕ و زمانێکی تاڕادەیەک لاڵی هەبوو. ئێوە ئەگەر نیوەی کۆششەکانی ئەو بەکاربهێنن، بێ گومان بەچەندین سەرکەوتنی بەرچاودەگەن.

بەسەرهاتی ئەو منداڵە رەش پێستەش وەبیربێنینەوە کە بەئیرادە و پێداگری کردن سەرئەنجام دۆلارێکی لەئاغا دڵ رەقەکەی وەرگرت.

ئێمە نابێت خۆمان لەگەڵ لینکۆلن و هێلین کیلەر یان کارەکتەرە ناسراوەکانی تردا بەراورد بکەین. هەرکەسێک لەبارودۆخ و هەلومەرجی تایبەتی خۆیدا دەژیت و ئەندازەی بەرزبونەوە و سەرکەوتنیشی لەچوارچێوەی ئەو بارودۆخەدایە. لەوانەیە ئێوە سەرەرای بەکارهێنانی تواناکانی خۆتان وەک هێلن کێلەر و ناودارەکانی دی ناوبانگ دەرنەکەون وخۆشەیست نەبن، بەڵام بزانن کە سەرکەوتنی بەدەستهاتوو لەشوێن خۆیدا زۆر بەنرخ وگرانبەهایە.

من خۆم لەهەندێ شوێنی ئەم کتێبەدا ئاماژەم بەسەختی و کەم وکورییەکانی ژیانی خۆم کردوە. ئامانجم لە راڤەکردنی بەشێک لەژیانی خۆم دەربڕینی ئەو بابەتە بووە کە ((کەم وکوڕییەکان)) ((نەهامەتییەکان)) رۆلێکی بەرچاو و چارەنووس ساز لەژیانی مرۆڤدا دەگێرن: ئێمە خۆمان زامنی خۆشبەختی خۆمانین و رۆڵی هۆکارە لاوەکییەکان زۆر کەم رەنگترە لەوەی کەهەستی پێدەکرێت.

بە هەوڵ و جیدی بوون لە ژیاندا، بە چەندین سەرکەوتن گەیشتووم کە ئاسوودە بەخشبوون بۆم. ئێستا نزیکەی ١٢ کاتژمێر کاری سوودبەخش دەکەم و لەزەمینەی جۆراوجۆردا کار و چالاکیم هەیە و بۆ داهاتووش ئامانجی بالاترم لەسەردایە.ئەگەر تەمەن بەردەوام بێت دەیانخەمە بواری کردارییەوە. مەبەستم لەم دووبارەکردنەوانە یادخستنەوەی ئەو خاڵەیە کە ئێوەش دەتوانن بەورە و ئیرادەی پۆلایین سەدان هەنگاو زیاتر لەمن پێشبکەون، چونکە من هێشتا لەسەرەتای رێگادا هەنگاو دەنێم و کارێکی گرنگم نەکردووە کە خۆم بەهاوشانی کەسانی سەرکەوتوو دابنێم. دەبێت ئەوە بڵێم کە تەنها بوێری نوسینی ئەم یادگاریانەم هەبووە ئەگینا هەزاران مرۆڤی کامەران و سەرکەوتوو لەم ولاتەدا هەن کە ئەندازەی سەرکەوتنی رێژەیی من بەبەراورد لەگەڵ ئەواندا زۆر زۆر کەمە. لەوانەیە تاکە لایەنی جیاکەرەوەم لەگەڵ ئەواندا ئەوەبێت کە ئەوان نە هەلی نووسین بۆ خۆیان دەرەخسێنن و نە ئامادەن کە درێژەی سەرکەوتنەکانیان باسبکەن.

ئەگەر دکتۆر ڤیکتۆر مرانکل لەخۆیدا ئازایەتی و ماندوونەناسی و هەوڵ وئارامگری نیشاننەدەدا، زیندوو نەدەما بۆ ئەوەی کە چەندین بەرهەمی بەنرخ بەجێ بهێڵێت.

ئەو بەبێ هیچ پارێزگاروپپشتیوانییەک توانی دەورانی دووررودرێژی، نەهامەتی بگوزەرێنێت. لەزیندانی نازییەکان رزگاری بوو و بەشانازی زۆرتر گەیشت.

هەریەک لەئێمەش دەتوانێت لەم جۆرە سەرسورهێنەرانە بخولقێنێت، بەومەرجەی کە ئارامگربین و بەتوانا دەروونییەکانی خۆمان پەی ببەین. لەکۆتاییدا قبووڵیدەکەین دەورانی سەخت کۆتایی دێت و مرۆڤی ماندونەناس رادەپەرێت.